

# Low Carb Hähnchenbrust in Zwiebel-Paprika-Sahne-Soße

## - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Hähnchenbrustfilet</b> <i>(1 g)</i>	2	Stück	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Zwiebel</b> <i>(170 g)</i>	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Grüne Paprika</b> <i>(200 g)</i>	1	Stück	200 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rote Paprika</b> <i>(200 g)</i>	1	Stück	200 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sauerrahm 30 %</b> <i>(1 ml)</i>	150	Mililiter	1 ml
<input type="checkbox"/>	<b>Edelsüße Paprika gemahlen</b> <i>(3 g)</i>	1	Tee Löffel	3 g
<input type="checkbox"/>	<b>Weißes Salz</b> <i>(0.1 g)</i>	2	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schwarzer Pfeffer</b> <i>(0.1 g)</i>	2	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olivenöl</b> <i>(10 g)</i>	1	Esstlöffel	10 g