

# Vollkornbrot - Zutaten

---

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Vollkornweizenmehl</b> <i>(1 g)</i>	300	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Instant-Trockenhefe</b> <i>(7 g)</i>	1	Packung	7 g
<input type="checkbox"/>	<b>Wasser</b> <i>(1 g)</i>	200	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Weißes Salz</b> <i>(5 g)</i>	1	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Weißer Zucker</b> <i>(5 g)</i>	1	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olivenöl</b> <i>(10 g)</i>	5	Esslöffel	10 g

---