

Erdbeer-Nuss-Haferflocken - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Haferflocken <i>(10 g)</i>	4	Esst�ffel	10 g
<input type="checkbox"/>	Skyr – isl�ndischer Joghurt <i>(150 g)</i>	1	Packung	150 g
<input type="checkbox"/>	Erdbeeren <i>(100 g)</i>	1	Portion	100 g
<input type="checkbox"/>	gehackte Mandeln <i>(5 g)</i>	1	Tee L�ffel	5 g
<input type="checkbox"/>	Walnusskerne, gehackt <i>(5 g)</i>	1	Tee L�ffel	5 g
