

# Schinkenbrote mit Tomatensalat und Kräutermarinade - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Roggenvollkornbrot</b> <i>(30 g)</i>	3	Scheibe Brot	30 g
<input type="checkbox"/>	<b>Butter</b> <i>(10 g)</i>	0.5	Tee Löffel	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Gekochter Schweineschinken</b> <i>(20 g)</i>	3	Scheibe	20 g
<input type="checkbox"/>	<b>Feine Gewürzgurken</b> <i>(1 g)</i>	2	Stück	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schnittlauch</b> <i>(2 g)</i>	1	Tee Löffel	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tomate</b> <i>(170 g)</i>	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rote Zwiebel</b> <i>(60 g)</i>	1	Kleines Stück	60 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olivenöl</b> <i>(5 g)</i>	1	Tee Löffel	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schwarzer Pfeffer</b> <i>(0.1 g)</i>	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Weißes Salz</b> <i>(0.1 g)</i>	1	Priese	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Kokosnuss</b> <i>(1 g)</i>	3	Blatt	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Petersiliengrün</b> <i>(1 g)</i>	1	Tee Löffel	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Banane</b> <i>(80 g)</i>	1	Kleines Stück	80 g