

# Hähnchentortilla - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	<b>Tomate</b> <i>(170 g)</i>	3	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Vollkorn-Weizentortilla</b> <i>(62 g)</i>	3	Stück	62 g
<input type="checkbox"/>	<b>Naturjoghurt 2 %</b> <i>(25 g)</i>	6	Esstlöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	<b>Zwiebel</b> <i>(170 g)</i>	1	Stück	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Hähnchenbrustfilet</b> <i>(1 g)</i>	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Buttersalat</b> <i>(5 g)</i>	3	Blatt	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Knoblauch</b> <i>(5 g)</i>	1	Zahn	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Weißes Salz</b> <i>(1 g)</i>	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Schwarzer Pfeffer</b> <i>(1 g)</i>	1	Gram	1 g