

Himbeer-Omelett - Zutaten

	NAME	MENGE	MASS	GESAMTGEWICHT
<input type="checkbox"/>	Vollständige Hühnereier (M) <i>(51 g)</i>	1	Stück	51 g
<input type="checkbox"/>	Buchweizenmehl <i>(1 g)</i>	3	Esstlöffel	1 g
<input type="checkbox"/>	Himbeeren <i>(70 g)</i>	1	Handvoll	70 g
<input type="checkbox"/>	Griechischer Naturjoghurt <i>(25 g)</i>	2	Esstlöffel	25 g
<input type="checkbox"/>	Olivenöl <i>(5 g)</i>	1	Tee Löffel	5 g
