

Kanapki z pastą z makreli i ogórkiem (wersja lżejsza) - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Czerwona papryka (200 g)	1	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	Jasny chleb żytni (35 g)	2	Kromka Chleba	35 g
<input type="checkbox"/>	Ogórki kiszone (60 g)	1	Sztuka	60 g
<input type="checkbox"/>	Makrela wędzona (1 g)	40	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Cebula (1 g)	30	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Natka pietruszki (1 g)	2	Łyżeczka	1 g
<input type="checkbox"/>	Salata masłowa (5 g)	2	Liść	5 g