

## Kurczak w sosie musztardowym - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Filet z piersi kurczaka</b> (1 g)	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ogórek szklarniowy</b> (1 g)	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ryż brązowy długoziarnisty</b> (1 g)	80	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Jogurt naturalny 2%</b> (25 g)	2	Łyżka	25 g
<input type="checkbox"/>	<b>Musztarda</b> (10 g)	4	Łyżeczka	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sok z cytryny</b> (6 g)	3	Łyżka	6 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tymianek suszony</b> (2 g)	1	Łyżeczka	2 g