

## Kotleciki z indyka i kaszy jaglanej - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Mięso mielone z indyka</b> (1 g)	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Cebula czerwona</b> (80 g)	1	Sztuka	80 g
<input type="checkbox"/>	<b>Kasza jaglana</b> (180 g)	0.5	Szklanka	180 g
<input type="checkbox"/>	<b>Suszone pomidory</b> (1 g)	3	Sztuka	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Natka pietruszki</b> (2 g)	1	Łyżka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Czosnek</b> (5 g)	2	Ząbek	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Cytryna</b> (1 g)	3	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Mielona papryka chili</b> (1 g)	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Pieprz czarny</b> (1 g)	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Kmin rzymski (kumin)</b> (0.08 g)	0.5	Łyżeczka	0.08 g
<input type="checkbox"/>	<b>Suszony oregano</b> (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Mięta suszona</b> (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sól himalajska</b> (1 g)	1	Gram	1 g