

## Ryż z papryką i kurczakiem po berkasowemu - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Czerwona papryka</b> (200 g)	2	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	<b>Filet z piersi kurczaka</b> (140 g)	2	Sztuka	140 g
<input type="checkbox"/>	<b>Por</b> (140 g)	1	Sztuka	140 g
<input type="checkbox"/>	<b>Ryż brązowy długoziarnisty</b> (10 g)	1	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	<b>Marchew</b> (50 g)	2	Sztuka	50 g
<input type="checkbox"/>	<b>Olej rzepakowy tłoczony na zimno</b> (10 ml)	2	Łyżka	10 ml
<input type="checkbox"/>	<b>Sól himalajska</b> (5 g)	0.25	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Suszony oregano</b> (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Zioła prowansalskie</b> (2 g)	0.3	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rozmaryn suszony</b> (2 g)	0.3	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Mielona papryka chili</b> (4 g)	1	Sztuka	4 g