

Omlet z pieczarkami i warzywami - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Całe jaja kurze (S) (43 g)	3	Sztuka	43 g
<input type="checkbox"/>	Pieczarki świeże (20 g)	8	Sztuka	20 g
<input type="checkbox"/>	Czerwona papryka (200 g)	0.5	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	Cebula (170 g)	0.25	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	Woda (10 g)	2	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Papryka słodka mielona (7 g)	1	Łyżka	7 g
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny (1 g)	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Mielona papryka chili (1 g)	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Sól himalajska (1 g)	1	Gram	1 g