

Pulpeciki z indyka w sosie pomidorowym z kaszą kuskus

- Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Mięso mielone z indyka (1 g)	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Mąka pszenna typ 550 (15 g)	1	Łyżka	15 g
<input type="checkbox"/>	Pokrojone pomidory w puszcze (400 g)	0.5	Puszka	400 g
<input type="checkbox"/>	Pomidor (170 g)	1	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	Marchew (50 g)	2	Sztuka	50 g
<input type="checkbox"/>	Kasza kuskus (13 g)	4	Łyżka	13 g
<input type="checkbox"/>	Czosnek (5 g)	2	Ząbek	5 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek (5 g)	1	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała (0.1 g)	1	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny (0.1 g)	1	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Bazylia suszona (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Suszony oregano (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Tymianek suszony (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Papryka słodka mielona (3 g)	1	Łyżeczka	3 g