

Ryż z kremem ze świeżych pomidorów - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Ryż basmati biały długoziarnisty (15 g)	2	Łyżka	15 g
<input type="checkbox"/>	Jogurt naturalny 2% (25 g)	1	Łyżka	25 g
<input type="checkbox"/>	Pomidor (170 g)	2	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	Korzeń pietruszki (50 g)	0.5	Mała sztuka	50 g
<input type="checkbox"/>	Cebula (130 g)	0.5	Mała sztuka	130 g
<input type="checkbox"/>	Marchew (50 g)	2	Sztuka	50 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek (5 g)	1	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	Bazyli, świeży (1 g)	1	Łyżeczka	1 g
<input type="checkbox"/>	Czosnek (5 g)	1	Ząbek	5 g
<input type="checkbox"/>	Suszony oregano (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny (0.1 g)	1	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała (0.1 g)	2	Szczypta	0.1 g