

# Gulasz niskowęglowy z mięsem mielonym i grzybami - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	<b>Pieczarki świeże</b> (1 g)	250	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Mięso mielone wieprzowe</b> (1 g)	200	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Cebula</b> (170 g)	1	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	<b>Czerwona papryka</b> (200 g)	1	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	<b>Woda</b> (1 g)	200	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Przecier pomidorowy 30%</b> (25 g)	1	Łyżka	25 g
<input type="checkbox"/>	<b>Pomidory w puszcze</b> (260 g)	1	Puszka	260 g
<input type="checkbox"/>	<b>Rozmaryn suszony</b> (2 g)	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Tymianek suszony</b> (2 g)	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Suszony oregano</b> (2 g)	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Bazylia suszona</b> (2 g)	1	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	<b>Sól biała</b> (5 g)	0.5	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	<b>Pieprz czarny</b> (0.1 g)	3	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	<b>Papryka słodka mielona</b> (3 g)	1	Łyżeczka	3 g
<input type="checkbox"/>	<b>Oliwa z oliwek</b> (10 g)	2	Łyżka	10 g