

Low Carb pierś z kurczaka z curry i kalafiorem - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Filet z piersi kurczaka (1 g)	2	Porcja	1 g
<input type="checkbox"/>	Smalec (1 g)	150	Mililiter	1 g
<input type="checkbox"/>	Marchew (50 g)	3	Sztuka	50 g
<input type="checkbox"/>	Kalafior (880 g)	0.5	Sztuka	880 g
<input type="checkbox"/>	Szalotka (cebula wiosenna) (20 g)	3	Sztuka	20 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek (10 g)	2	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Curry (5 g)	2	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	Papryka słodka mielona (3 g)	1	Łyżeczka	3 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała (0.1 g)	3	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny (0.1 g)	3	Szczypta	0.1 g