



Low Carb Udka z kurczaka z cebulą i pieczarkami - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Noga z kurczaka (podudzie) <i>(90 g)</i>	2	Sztuka	90 g
<input type="checkbox"/>	Pieczarki świeże <i>(1 g)</i>	250	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Cebula <i>(170 g)</i>	1	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	Czosnek <i>(5 g)</i>	4	Ząbek	5 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek <i>(10 g)</i>	2	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Pomidory koktajlowe <i>(1 g)</i>	400	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Papryka słodka mielona <i>(3 g)</i>	1	Łyżeczka	3 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała <i>(5 g)</i>	1	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny <i>(0.1 g)</i>	2	Szczypta	0.1 g