

Kotlet schabowy z ziemniakami i mizerią - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Schab bez kości <i>(1 g)</i>	400	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Ziemniaki <i>(75 g)</i>	6	Sztuka	75 g
<input type="checkbox"/>	Jogurt naturalny grecki <i>(25 g)</i>	2	Łyżka	25 g
<input type="checkbox"/>	Ogórek szklarniowy <i>(180 g)</i>	1	Sztuka	180 g
<input type="checkbox"/>	Marchew <i>(50 g)</i>	2	Sztuka	50 g
<input type="checkbox"/>	Papryka słodka mielona <i>(0.5 g)</i>	2	Szczypta	0.5 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek <i>(10 g)</i>	1	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała <i>(0.1 g)</i>	3	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Zioła prowansalskie <i>(0.2 g)</i>	1	Szczypta	0.2 g
<input type="checkbox"/>	Szczypiorek <i>(5 g)</i>	1	Łyżka	5 g