

Łosoś ze szpinakiem, koperkiem cytrynowym i ziemniakami - Składniki

| | NAZWA | ILOŚĆ | MIARA | CAŁKOWITA WAGA |
|--------------------------|---|-------|----------|----------------|
| <input type="checkbox"/> | Szpinak świeży (1 g) | 250 | Gram | 1 g |
| <input type="checkbox"/> | Cebula (170 g) | 1 | Sztuka | 170 g |
| <input type="checkbox"/> | Ziemniaki (75 g) | 3 | Sztuka | 75 g |
| <input type="checkbox"/> | Filet z łososia (1 g) | 100 | Gram | 1 g |
| <input type="checkbox"/> | Oliwa z oliwek (5 g) | 1 | Łyżeczka | 5 g |
| <input type="checkbox"/> | Czosnek (5 g) | 2 | Ząbek | 5 g |
| <input type="checkbox"/> | Sok z cytryny (3 g) | 1 | Łyżeczka | 3 g |
| <input type="checkbox"/> | Pietruszka, liście (3 g) | 1 | Łyżeczka | 3 g |
| <input type="checkbox"/> | Szczypiorek (2 g) | 1 | Łyżeczka | 2 g |
| <input type="checkbox"/> | Gałka muskatołowa (0.2 g) | 1 | Szczypta | 0.2 g |
| <input type="checkbox"/> | Kminek (kmin rzymski) (3 g) | 1 | Łyżeczka | 3 g |
| <input type="checkbox"/> | Koper ogrodowy świeży lub suszony (2 g) | 1 | Łyżeczka | 2 g |
| <input type="checkbox"/> | Sól biała (0.1 g) | 1 | Szczypta | 0.1 g |
| <input type="checkbox"/> | Pieprz czarny (0.1 g) | 1 | Szczypta | 0.1 g |
| <input type="checkbox"/> | Papaja, dojrzałe, surowe (300 g) | 1 | Sztuka | 300 g |