

Gulasz wołowy z wątróbką i kaszą gryczaną - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Wołowina gulaszowa (udo) <i>(1 g)</i>	100	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Wątroba cielęca <i>(1 g)</i>	30	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Pieczarki świeże <i>(20 g)</i>	2	Sztuka	20 g
<input type="checkbox"/>	Cebula <i>(130 g)</i>	1	Mała sztuka	130 g
<input type="checkbox"/>	Czerwona papryka <i>(30 g)</i>	2	Plaster	30 g
<input type="checkbox"/>	Marchew <i>(50 g)</i>	0.5	Sztuka	50 g
<input type="checkbox"/>	Czosnek <i>(5 g)</i>	1	Ząbek	5 g
<input type="checkbox"/>	Kasza gryczana <i>(1 g)</i>	50	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Nasiona słonecznika <i>(8 g)</i>	1	Łyżka	8 g
<input type="checkbox"/>	Jaja kurze całe (M) <i>(51 g)</i>	1	Sztuka	51 g
<input type="checkbox"/>	Jogurt naturalny 2% <i>(25 g)</i>	1	Łyżka	25 g
<input type="checkbox"/>	Olej rzepakowy tłoczony na zimno <i>(10 ml)</i>	1	Łyżka	10 ml
<input type="checkbox"/>	Przecier pomidorowy 30% <i>(15 g)</i>	1	Łyżeczka	15 g
<input type="checkbox"/>	Liść laurowy <i>(1 g)</i>	1	Liść	1 g
<input type="checkbox"/>	Ziele angielskie <i>(1 g)</i>	1	Ziarno	1 g
<input type="checkbox"/>	Papryka słodka mielona <i>(3 g)</i>	1	Łyżeczka	3 g

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny (0.1 g)	1	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała (0.1 g)	2	Szczypta	0.1 g
<input type="checkbox"/>	Mąka ziemniaczana (6 g)	1	Łyżeczka	6 g