

Spaghetti bolognese - bez laktozy - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Pomidor (400 g)	1	Puszka	400 g
<input type="checkbox"/>	Mięso wołowe mielone (1 g)	300	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Makaron pełnoziarnisty (50 g)	1	Garść	50 g
<input type="checkbox"/>	Cebula (170 g)	0.5	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	Przecier pomidorowy 30% (25 g)	3	Łyżka	25 g
<input type="checkbox"/>	Olej rzepakowy tłoczony na zimno (10 ml)	1	Łyżka	10 ml
<input type="checkbox"/>	Czosnek (5 g)	2	Ząbek	5 g
<input type="checkbox"/>	Sól biała (1 g)	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Pieprz czarny (1 g)	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Suszony oregano (1 g)	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Tymianek suszony (1 g)	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Bazylią suszona (1 g)	1	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Pietruszka, liście (1 g)	1	Gram	1 g