

Quesadilla z kurczakiem i warzywami - Składniki

	NAZWA	ILOŚĆ	MIARA	CAŁKOWITA WAGA
<input type="checkbox"/>	Filet z piersi kurczaka (1 g)	300	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Ser mozzarella (1 g)	300	Gram	1 g
<input type="checkbox"/>	Tortilla pełnoziarnista pszenna (62 g)	4	Sztuka	62 g
<input type="checkbox"/>	Czerwona papryka (200 g)	1	Sztuka	200 g
<input type="checkbox"/>	Konserwowana kukurydza (1 g)	1	Puszka	1 g
<input type="checkbox"/>	Cebula (170 g)	1	Sztuka	170 g
<input type="checkbox"/>	Oliwa z oliwek (10 g)	2	Łyżka	10 g
<input type="checkbox"/>	Masło (10 g)	2	Łyżeczka	10 g
<input type="checkbox"/>	Czosnek (5 g)	2	Ząbek	5 g
<input type="checkbox"/>	Kmin rzymski (kumin) (0.08 g)	1	Łyżeczka	0.08 g
<input type="checkbox"/>	Papryka słodka mielona (3 g)	1	Łyżeczka	3 g
<input type="checkbox"/>	Suszony oregano (2 g)	0.5	Łyżeczka	2 g
<input type="checkbox"/>	Papryka ostra mielona (5 g)	0.5	Łyżeczka	5 g
<input type="checkbox"/>	Mielona papryka chili (4 g)	0.25	Sztuka	4 g