

Nuss-Brot

für 2 Personen

618 g = ca.

1,38 €

	Preis	Grundrezept
0,25 TL Koriander	0,02 €	0,125
15 g Cashewnüsse	0,45 €	7,5
45 g Mandeln	0,72 €	22,5
30 g Sonnenblumenkerne	0,15 €	15
25 g Hirse	- €	12,5
0,25 TL Salz	0,00 €	0,125
0,5 TL Oregano	0,03 €	0,25
0,5 EL Sonnenblumenöl	0,01 €	0,25
500 ml Wasser		250
2 EL Nackthafer	0,01 €	1