

EINKAUFLISTE**Wocheneinkauf****Obst & Gemüse:**

- 4 Äpfel
- 2 Avocados
- 4 Birnen
- 250 g Champignons
- 250 g Cherrytomaten
- 2 kg speckige Erdäpfel
- 6 Knoblauchzehen
- 1 Pkg. Paprika Tricolore
- 1 Zitrone
- 1 gelbe Zwiebel
- 1 Bund Dille
- 1 Bund Schnittlauch

Milchprodukte & Eier:

- 150 g Butter
- 50 g Butterschmalz
- 2 Eier (Größe M)
- 250 ml Schlagobers
- 250 g Topfen (20%)
- 50 ml Vollmilch

Sonstiges:

- 300 g tiefgekühlter Blattspinat
- 300 g Burgerbrötchen XXL
- 150 g Cashewnüsse geröstet und ungesalzen
- 700 g gemischtes Faschiertes
- 250 g Frischeiwaffeln
- 250 g Jasminreis
- 1 Dose (410 g) Kidneybohnen
- 500 g tiefgekühlte Lachsfilets
- 100 g schokolierte Rosinen
- 80 g Semmelbrösel
- 4 Pkg. Vanillinzucker
- 150 ml Weißwein

Vorrat checken:

- 1½ Gemüsesuppenwürfel
- 50 g Ketchup
- 50 g Kristallzucker
- 100 g Mayonnaise (80%)
- 60 ml natives Olivenöl
- 1½ EL edelsüßes Paprikapulver
- 100 g Speisestärke
- etwas Staubzucker
- Salz, bunter Pfeffer