#stayathomeandcook

Wochenplaner

Einkaufsliste

- 1 kg Kartoffeln
- 1 Möhre
- 500 g Spargel
- 500 g Zucchini
- 1 Paprika
- 100 g Kirschtomaten
- 1 Stange Lauch
- Ingwer
- 1 kleine Chilischote
- 5 Frühlingszwiebeln
- 1 Bund Basilikum
- 2 Bund Minze
- 1 Bund Rauke
- 1 Bund Koriander
- Rosmarin
- Majoran
- Petersilie
- 1 Limette
- 250 ml Kochsahne
- 100 g Joghurt
- Salatmayonnaise
- 250 g Ricotta
- 250 g Halloumi
- 13 Eier
- 80 g Schinken
- 4 Schweinemedaillons (à 75 g)
- 6 Bratwürste (à 50 g)
- 400 g Dosentomaten
- Orangensaft
- 150 g Linsen
- 300 g Spinat (TK)
- 200 g Lachs (TK)
- Brot (z. B. Toast)
- Weißwein
- Walnusskerne
- Salzmandeln

Aus dem Vorrat

Salz, Pfeffer, Zucker, Paprikapulver, Currypulver, Muskat, Geflügelbrühe, (Oliven-)öl, Essig, Butter, Zwiebeln, Knoblauch, Majoran (getr.), Milch, Nudeln (250 g), Tomatenmark, Speisestärke, Zitronenschale

Was sonst noch fehlt: