#stayathomeandcook

Wochenplaner

Einkaufsliste

- 1950 g Tomaten (gemischt)
- 400 g Zucchini
- 350 g Broccoli
- 150 g Gurke
- 350 g Lauch
- 120 g Bohnen
- 200 g Pfifferlinge
- 1 Zitrone
- 500 g Wassermelone
- 1.5 Bund Petersilie
- 12 Stiele Basilikum
- 0.25 Bund Schnittlauch
- 4 Eier
- 450 g (Sahne)joghurt
- 250 g Magerquark
- 150 g Schmand
- 150 g Schlagsahne
- 45 g ital. Hartkäse
- 1 Pk. Flammkuchenteig (Kühlregal)
- 350 g Kirschgrütze (Kühlregal)
- 100 g Speck (in Würfeln)
- 6 Scheiben Bacon
- 250 g Hackfleisch
- 400 g Kabeljaufilet
- 1 Dose Kichererbsen (65 g)
- Tahini (Sesampaste)
- Cashewkerne
- 150 g Ciabatta o. Baguette
- 6 Zwiebacke

Aus dem Vorrat

Salz, Pfeffer, Zucker, (scharfes & edelsüßes) Paprikapulver, Chiliflocken, Thymian (getr.), Majoran (getr.), Kümmelsaat, Zimt, Brühe, Essig, (Oliven-)öl, Butter, Zwiebeln, Knoblauch, Nudeln (250 g), Mehl, Semmelbrösel

Was sonst noch fehlt: