

LISTA DELLA SPESA

blog family

- Surgelati

piselli
spinaci

- Legumi / Cereali

Ditalini o pasta mista che dovete consumare
Orecchiette fresche
sombrieri ni
fettuccine
Farina auto lievitante
Farina di mandorle
gnocchi
tagliolini
Farina multi cereali
Farina di mandorle
Farina di cocco

- Carne / Pesce

petto di pollo
bocconcini di manzo
macinata mista
prosciutto cotto tritato
filetti di nasello
gamberetti già sgucciati
salmone affumicato

- Latticini

Latte
Yogurt
Burro
Grana grattugiato
mascarpone
ricotta
formaggio Zonia
formaggio Fiorentina
salsa ai formaggi pronta
parmigiano Reggiano
Pecorino grattugiati
fontina valdostana

- Frutta / Verdura

zucchine
banane
melanzane
carote
Basilico
patate
aglio
Cipolla
Prezemolo
lamponi
Zucca
fagioli
Sedano
Limoni
Porri
Rucola
Mais
Vaniglia
Funghi porcini
Funghi trifolati

- Varie

Succo di frutta
Fette biscottate
Biscotti
Cereali
Marmellata di mirtilli
Uova
Panna
Pan grattato
Olio extra vergine di oliva
Vino bianco
Sale
pinoli
Acciughe
Zucchero
Lievito dolci
Zafferano
Olio di semi
Burro di cacao
glassa al cioccolato pronta
cioccolato fondente
birra chiara