

# LISTA DELLA SPESA

## blog family

- Surgelati

Funghi

- Legumi / Cereali

Farfalle  
pennette  
spaghetti  
Farina auto lievitante  
semolino  
Farina di cocco  
Farina di ceci  
Riso  
maccheroni

- Carne / Pesce

petto di pollo  
Polpa di maiale tritati  
macinata mista  
arrosto  
Salmone  
Gamberi, seppie, polipo, cozze e vongole  
Speck affettato  
salsiccie

- Latticini

Latte  
Yogurt  
Burro  
Grana grattugiato  
fruttolo  
parmigiano Reggiano  
emmental  
Caprini freschi

- Frutta / Verdura

zucchine  
banane  
patate  
aglio  
Cipolla  
Prezzemolo  
Zucca  
Sedano  
Limoni  
Broccoli  
Mele  
Salvia  
Rosmarino  
Ribes  
Arance  
scalogni

- Varie

Succo di frutta  
Fette biscottate  
Biscotti  
Cereali  
Marmellata  
Uova  
Panna da cucina  
Panna fresca per dolci  
Pan grattato  
Olio extra vergine di oliva  
Vino bianco  
Sale  
Zucchero  
Olio di semi  
cioccolato fondente  
Zucchero a velo  
Pepe rosa  
Pinoli  
Uvetta  
Colorante alimentare rossa e gialla  
Vaniglia  
Colla di pesce  
salsa pomodoro  
Pistaccio  
coriandolo