

# LISTA DELLA SPESA

## blog family

- Surgelati

- Legumi / Cereali

penne  
Farfalle  
spaghetti  
Fusilli  
Farina  
Farro perlato  
Fettuccine o tagliolini per il pesto alla siciliana

- Carne / Pesce

Prosciutto cotto  
gamberetti  
vitello  
Cosce o fusi di pollo  
Bistecca di scamone  
Orata  
Petto di pollo  
salsiccia

- Latticini

Latte  
Yogurt  
Burro  
bufala  
fontina  
Grana grattugiato

- Frutta / Verdura

Pomodorini  
zucchine  
Banane  
basilico  
Frutta per macedonia  
Verdure per insalata di riso e farro

- Varie

Succo di frutta  
Fette biscottate  
Biscotti  
Cereali  
Marmellata  
Salsa di pomodoro  
Uova  
Spezie miste  
Panna  
Semi di sesamo  
Pan grattato  
pancetta