

INDKØBS-/INGREDIENSLISTE

MS MIDDAG 6 PERSONER

Grønt

- 1 stk. øko. koriander
- 4 stk. øko. basilikum
- 2 x 90 g hvidløg i net
- 11 stk. store tomater
- 2 x 250 g øko. citroner
- 1 kg løg
- 200 g skalotteløg
- 650 g øko. små nye kartofler
- 3 stk. Bananer
- 2 stk. rød peber



Køl/frys

- 3 x 440 g kyllingelår
- 2 x 225 g torskefileter
- 750 ml vaniglia is
- 500 ml piskefløde
- 1 stk. parmigiano reggiano
- 250 g tagliolini naturel
- 250 g smør



Kolonial

- 1 stk. gold espresso
- 100 g kalamataoliven
- 60 g Kapers
- 250 g saltede peanuts
- 1 pakke vaniljestang
- 100 g mørk chokolade



Husk selv at have basisvarer som peber, salt, mel, sukker, olivenolie derhjemme.

Indkøbs-/ingrediensliste er vejledende

