

# Einkaufsliste

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> 6 Äpfel                       | <input type="checkbox"/> 3 Zitronen                 |
| <input type="checkbox"/> 300g Austernpilze             | <input type="checkbox"/> 3 Zucchini                 |
| <input type="checkbox"/> 1 Avocado                     | <input type="checkbox"/> 3 Zwiebel                  |
| <input type="checkbox"/> 325g Beeren                   | <input type="checkbox"/> 150g rote Zwiebeln         |
| <input type="checkbox"/> 1 Birne                       | <input type="checkbox"/> 50g Dinkelflocken          |
| <input type="checkbox"/> 300g Champignons              | <input type="checkbox"/> 550g Dinkelmehl            |
| <input type="checkbox"/> 1 Chilischote                 | <input type="checkbox"/> 20g gepuffter Vollkornreis |
| <input type="checkbox"/> 100g Erbsen (TK)              | <input type="checkbox"/> 2 EL geröstete Kokoschips  |
| <input type="checkbox"/> 1 Fenchelknolle               | <input type="checkbox"/> 500g Haferflocken          |
| <input type="checkbox"/> 2 Fleischtomaten              | <input type="checkbox"/> 40g Haselnuskerne          |
| <input type="checkbox"/> 2 Frühlingszwiebeln           | <input type="checkbox"/> 3 EL Kürbiskerne           |
| <input type="checkbox"/> 125g getrocknete Kichererbsen | <input type="checkbox"/> 50g Leinsamen              |
| <input type="checkbox"/> 200g Himbeeren (TK)           | <input type="checkbox"/> 250g Mehl                  |
| <input type="checkbox"/> 9 Knoblauchzehen              | <input type="checkbox"/> 2 EL Nüsse                 |
| <input type="checkbox"/> 100g Knollensellerie          | <input type="checkbox"/> 125g Reis                  |
| <input type="checkbox"/> 2 Kohlrabi                    | <input type="checkbox"/> 2 EL Rosinen               |
| <input type="checkbox"/> 1 Bund Koriandergrün          | <input type="checkbox"/> 50g Sesam                  |
| <input type="checkbox"/> 2 TL Kreuzkümmel              | <input type="checkbox"/> 50g Sonnenblumenkerne      |
| <input type="checkbox"/> 3 Lorbeerblätter              | <input type="checkbox"/> 200g Vollkorn-Dinkelmehl   |
| <input type="checkbox"/> 4 EL Maiskörner               | <input type="checkbox"/> 110g Walnusskerne          |
| <input type="checkbox"/> 40g Maulbeeren                | <input type="checkbox"/> 100g (Pflanzen-)Sahne      |
| <input type="checkbox"/> 1 Glas Mini-Maiskolben        | <input type="checkbox"/> 2 EL (vegane) Margarine    |
| <input type="checkbox"/> 6 Möhren                      | <input type="checkbox"/> 2 EL Butter                |
| <input type="checkbox"/> 50g Oliven                    | <input type="checkbox"/> 200g Frischkäse            |
| <input type="checkbox"/> 2 Orangen                     | <input type="checkbox"/> 900g Joghurt               |
| <input type="checkbox"/> 4 Paprika (bunt)              | <input type="checkbox"/> 200ml Milch                |
| <input type="checkbox"/> 4 Bund Petersilie             | <input type="checkbox"/> 400g Räuchertofu           |
| <input type="checkbox"/> 1 Radicchio                   | <input type="checkbox"/> 200ml Sahne                |
| <input type="checkbox"/> 1 Romanasalat                 | <input type="checkbox"/> 300g Sahnejoghurt          |
| <input type="checkbox"/> 2 Zweige Rosmarin             | <input type="checkbox"/> 200g Schafkäse (Feta)      |
| <input type="checkbox"/> ½ TL Safranfäden              | <input type="checkbox"/> 500g Seitan                |
| <input type="checkbox"/> 3 Salatgurken                 | <input type="checkbox"/> 250g Tofu                  |
| <input type="checkbox"/> 3 Schalotten                  | <input type="checkbox"/> 6 EL Aceto Balsamico       |
| <input type="checkbox"/> 1 Bund Schnittlauch           | <input type="checkbox"/> 2 TL Agavendicksaft        |
| <input type="checkbox"/> 4 Spitzpaprikaschoten         | <input type="checkbox"/> 200 ml Apfelsüße           |
| <input type="checkbox"/> 5 Dosen stückige Tomaten      | <input type="checkbox"/> 1 Tüte Backpulver          |
| <input type="checkbox"/> 4 EL Tomatenmark              | <input type="checkbox"/> 13g frische Hefe           |
| <input type="checkbox"/> 100g Weintrauben              | <input type="checkbox"/> Gemüsebrühe                |
| <input type="checkbox"/> 125g weiße Bohnen (Dose)      | <input type="checkbox"/> 2 EL Sojasauce             |

