



Indkøbsliste

FERSKVARER OG KOLONIAL:

- 300 g røget laks eller skinke
- 500 g hakket oksekød
- 4 makrelfileter
- ½ grillet kylling
- 600 g laksefilet uden skind
- 4 svinekoteletter
- 1 æg
- 50 g friskrevet parmesanost
- 2 dl cremefraiche 18 %
- 2 ½ dl hvid mælkesauce
(Karolines køkken)
- 2 dl madlavningsfløde (18%)
- 400 g tagliatelle, frisk eller tørret
- 3 dl ris, fx avorio
- 2 dl quinoa eller couscous
- 2 dåser majs, (a 390 g)
- 1 dåse hele tomater (400 g)
- dijonsennep
- honning

GRØNT:

- 1 porre
- 2 peberfrugter, gerne i forskellige farver
- 2 løg
- 1 rødløg
- 2 kg kartofler
- 50 g rucola
- 1 usprøjtet citron
- 4 kviste bredbladet persille
- 200 g champignon
- 100 g spinat
- ¼ rødkålshoved
- 1 bundt persille
- 250 g rosenkål

DU SKAL OGSÅ BRUGE:

- saltflager
- salt
- sort peber
- smør
- hønsebouillonterninger
- citronpeber
- brød