Rice, Cereal & Legumes
- ◯ Dinkel 150g

Canned Goods
- ◯ Getrocknete Tomaten 5
- ◯ Schwarze Oliven 5
- ◯ Tomatenmark 1 el

Condiments & Spices
- ◯ Basil 1 tsp

Dairy
- ◯ Crème fraîche 150g
- ◯ Ei 3 stück
- ◯ Naturjoghurt 4 schalen
- ◯ Quark 500g
- ◯ Sahne 150g
- ◯ Schafskäse 1 packung

Snacks
- ◯ Walnüsse 30g

Vegetables
- ◯ Champignons 250g
- ◯ Knoblauch 1 zehe
- ◯ Petersilie 1 el

Baking
- ◯ Vanille 1 messerspitze
- ◯ Vollkornweizenmehl 500g
- ◯ Weizenmehl 1 unit

Meat
- ◯ Schweineschnitzel 4 units

Fruits
- ◯ Birnen 2
- ◯ Früchte 1 portion