

## KRÄUTER & CO.

- \_\_\_ Basilikum
- \_\_\_ Chilischote (rot)
- \_\_\_ Dill
- \_\_\_ Ingwer
- \_\_\_ Knoblauchzehen
- \_\_\_ Koriandergrün
- \_\_\_ Kresse
- \_\_\_ Minze
- \_\_\_ Petersilie
- \_\_\_ Rosmarin
- \_\_\_ Rucola
- \_\_\_ Salbei
- \_\_\_ Schnittlauch

## KÜHLREGAL & FRISCHETHEKE

- \_\_\_ Ananasfruchtfleisch
- \_\_\_ Antipasti (gemischt, in Öl, gegrillte Auberginenscheiben, getrocknete Tomaten, Grillpaprika)
- \_\_\_ Butter (mit Kräutern)
- \_\_\_ Butterschmalz
- \_\_\_ Crème fraîche
- \_\_\_ Flammkuchenteig (ca. 260 g)
- \_\_\_ Smoothie (gelb, mit Mango)
- \_\_\_ Gnocchi
- \_\_\_ Granatapfelkerne
- \_\_\_ Grütze (rot)
- \_\_\_ Joghurt (griechisch, 10% Fett)
- \_\_\_ Knödel (gewart, Kartoffelknödel, Semmelknödel)
- \_\_\_ Krautsalat
- \_\_\_ Milch
- \_\_\_ Oliven (Kalamata, ohne Stein, schwarz)
- \_\_\_ Räuchertofu
- \_\_\_ Sahne
- \_\_\_ Sahnepudding
- \_\_\_ Sahnequark
- \_\_\_ Schmand
- \_\_\_ Skyr
- \_\_\_ Spätzle
- \_\_\_ Tortellini (beliebige Füllung)

## WURST- & FLEISCHTHEKE

- \_\_\_ Bratwürste (fein, grob, Merguez, Thüringer)
- \_\_\_ Hackfleisch (halb und halb, Rind)
- \_\_\_ Hähnchenbrustfilet
- \_\_\_ Putenbrustaufschnitt
- \_\_\_ Putenbrustfilet
- \_\_\_ Rindfleisch (aus der Oberschale)
- \_\_\_ Schinken (geräuchert, luftgetrocknet, roh, Scheiben)
- \_\_\_ Schweinefilet
- \_\_\_ Speck (Bacon, Frühstücksspeck, Scheiben, Würfel)

## OBST, GEMÜSE & CO.

- \_\_\_ Äpfel
- \_\_\_ Auberginen
- \_\_\_ Avocados (Hass)
- \_\_\_ Baby-Blattspinat
- \_\_\_ Bananen
- \_\_\_ Beeren (Erdbeeren, Heidelbeeren, Himbeeren)
- \_\_\_ Birnen
- \_\_\_ Brokkoli
- \_\_\_ Feigen
- \_\_\_ Kartoffeln
- \_\_\_ Lauch
- \_\_\_ Limetten (Bio)
- \_\_\_ Mandarinen
- \_\_\_ Mango
- \_\_\_ Möhren (Bio)
- \_\_\_ Nektarine
- \_\_\_ Paprika (gelb, rot)
- \_\_\_ Pfirsich
- \_\_\_ Pilze (braune Champignons, Kräuterseitlinge, Shiitake)
- \_\_\_ Radieschen
- \_\_\_ Rosenkohl
- \_\_\_ Salat (Feldsalat, Römersalatherzen, Salat-Mix)
- \_\_\_ Salatgurke (Bio)
- \_\_\_ Sojabohnensprossen
- \_\_\_ Spargel (grün)
- \_\_\_ Spitzkohl
- \_\_\_ Süßkartoffeln
- \_\_\_ Tomaten (bunt, rot, Kirschtomaten)
- \_\_\_ Zucchini
- \_\_\_ Zuckerschoten
- \_\_\_ Zwiebeln (Frühlingszwiebeln, braun, rot, Schalotten)

## KÄSETHEKE

- \_\_\_ Bergkäse (Scheiben, Stück)
- \_\_\_ Camembert
- \_\_\_ Cheddar (gerieben, Scheiben)
- \_\_\_ Emmentaler (gerieben, Stück)
- \_\_\_ Frischkäse (mit Joghurt)
- \_\_\_ Gorgonzola
- \_\_\_ Gouda (gerieben)
- \_\_\_ Greyerzer (Stück)
- \_\_\_ italienischer Weichkäse (Stück)
- \_\_\_ Parmesan (gerieben, Stück)
- \_\_\_ Pecorino (Späne, Stück)
- \_\_\_ Schafskäse (Feta)
- \_\_\_ Ziegenfrischkäse (20-g-Taler)
- \_\_\_ Ziegenweichkäse (Rolle)

## TIEFKÜHLTRUHE (TK)

- \_\_\_ Beeren (Erdbeeren, gemischt)
- \_\_\_ Blumenkohl
- \_\_\_ Erbsen
- \_\_\_ Garnelen (geschält, küchenfertig)
- \_\_\_ Grünkohl
- \_\_\_ Kabeljaufilet
- \_\_\_ Kräuter (Dill, Gartenkräuter, italienische Mischung, Kräuter der-Provence, Petersilie)
- \_\_\_ Kürbis
- \_\_\_ Lauch
- \_\_\_ Mango
- \_\_\_ Suppengemüse
- \_\_\_ Suppengrün
- \_\_\_ Vanilleeis
- \_\_\_ Zwiebel-Duo

## TEIGWAREN, REIS, GETREIDE & CO.

- \_\_\_ Couscous
- \_\_\_ Frühstücksbrei
- \_\_\_ Haferflocken (blütenart)
- \_\_\_ Hirse
- \_\_\_ Instant-Polenta (Maisgrieß)
- \_\_\_ Müsli-Mischungen (5-Korn-Müsli, geröstetes Granola, Schokomüsli)
- \_\_\_ Nudeln (kurz, lang, Bucatini, Casarecce, Farfalle, Maccheroni, Mie-Nudeln, Penne, Tagliatelle)
- \_\_\_ Quinoa (Pops)
- \_\_\_ Reis (Basmatireis, Langkornreis)

## FISCHTHEKE

- \_\_\_ Garnelen (geschält, küchenfertig)
- \_\_\_ Lachs (Filet, ohne Haut, Sushi-Qualität, Graved Lachs in Scheiben, Stremellachs)
- \_\_\_ Matjesfilets (eingelegt, mit Zwiebeln)

## AUS DEM BACKREGAL

- Backpulver
- Bittermandelaroma
- Bourbon-Vanillezucker
- Haselnusskrokant
- Kakao (Nibs, Pulver)
- Kokoschips
- Mehl
- Orangenschale (gerieben)
- Speisestärke
- Zucker (Puderzucker, Rohrohrzucker)
- Zuckerperlen

## SÜSSES

- Honig (flüssig)
- Schokoküsse
- Schokolade (Raspel, Tafel, Vollmilch, weiß, Zartbitter)
- schokolierete Beeren (Himbeeren, Erdbeeren, Heidelbeeren)
- Schokolinsen

## GEBÄCK, BROTE & BRÖTCHEN

- Amarettini
- Bagels (zum Aufbacken)
- Baguette
- Baguettebrötchen
- Baisertropfen
- Berliner (Krapfen)
- Butterkekse
- Ciabattabrot
- Graubrot
- Kastenweißbrot
- Knäckebrötchen
- Laugenbrötchen
- Laugenecken (mit Körnern)
- Mehrkornbrot
- Mürbeteig-Torteletts
- Müslistange
- Pita-Taschen (zum Füllen)
- Schoko-Cookies
- Toastbrot
- Weizentortillas (weich, 25 cm Ø)

## AUS DOSE, GLAS & TUBE

- 3-Minuten-Sauerkraut
- Cornichons
- Dessertsaucen (Erdbeere, Himbeere, Karamell)
- Gemüsebrühe
- Hülsenfrüchte (Kichererbsen, Kidneybohnen, Linsen)
- Kapern (in Essiglake)
- Mais
- Mus (Erdnuss, Mandel)
- Rote-Bete-Hummus
- Salatcreme
- Salatmayonnaise
- Salsasauce
- Sardellenfilets (in Öl)
- Tahin (Sesampaste)
- Thunfisch (im eigenen Saft, in Öl)
- Tomaten (getrocknet, in Öl, stückig)
- Tomatenmark

## NÜSSE, SAMEN, TROCKENFRÜCHTE

- Aprikosen
- Cashewkerne
- Chia-Samen
- Cranberrys
- Erdnusskerne (gesalzen)
- Goji-Beeren
- Haselnusskerne (gemahlen)
- Kürbiskerne
- Leinsamen (ganz, geschrotet)
- Macadamianusskerne
- Mandeln
- Nusskern-Mix
- Pinienkerne
- Pistazienkerne (gehackt)
- Rosinen
- Salatkern-Mix
- Sesam
- Walnusskerne

## GETRÄNKE, SÄFTE & SPIRITUOSEN

- Cidre (doux, süß)
- Limettensaft
- Orangensaft
- Rum (54 % Vol., braun)
- Zitronensaft
- Espresso (kalt)
- Kaffee (kalt)

## WÜRZPASTEN, -SAUCEN & CO.

- Ajvar
- Barbecuesauce
- Currypaste (gelb, rot)
- Fischsauce
- Ingwerpaste
- Pesto alla Genovese
- Sambal Oelek
- Senf (Dijonsenf, Honigsenf, körnig)
- Sojasauce
- Teriyaki-Sauce
- Wasabipaste
- Zitronengraspaste

## GEWÜRZE & CO.

- Cajun-Gewürz
- Cayennepfeffer
- Ingwerpulver
- Kreuzkümmel (gemahlen)
- Kümmel (ganz, gemahlen)
- Muskatnuss
- Oregano
- Paprikapulver (edelsüß, rosenscharf)
- Pfeffer
- Ras el Hanout
- Salz
- Tajine-Gewürz
- Thymian
- Zimtpulver

## DIVERSES

- Brühe (Gemüsebrühe, Hühnerbrühe, Instant)
- Cracker
- Eier (M)
- Essig (Aceto balsamico, Aceto balsamico bianco, Apfelessig, Crema di Balsamico, Weißweinessig)
- Kokosmilch
- Linsen (rot)
- Mandeldrink
- Matcha-Latte-Pulver
- Öl (zum Ausbacken, zum Braten, geröstetes Sesamöl, Kürbiskernöl, Olivenöl, Rapsöl, Walnussöl)
- Röstzwiebeln
- Semmelbrösel
- Sprühsahne