

VORRATSLISTE

BRIGITTE-Diät 02 / 2010
Das sollten Sie im Haus haben.

Gewürze

- Chiliflocken
- Gewürznelken
- Kardamom
- Kumin
- Lorbeerblätter
- Madrascurry, mild
- Meersalz
- Muskat
- Paprika, edelsüß
- Pfeffer, schwarz
- Pfeffer, weiß
- Pfefferkörner, grün
- Piment, gemahlen
- Pimentkörner
- Pimentón dulce (spanisches Paprikapulver; ersatzweise Edelsüßpaprika)
- Salz

- BRIGITTE-Gewürz „Frische“
- BRIGITTE-Gewürz „Gelassenheit“
- BRIGITTE-Gewürz „Harmonie“
- BRIGITTE-Gewürz „Klarheit“
- BRIGITTE-Gewürz „Liebe“

Kräuter

(frisch, TK oder getrocknet)

- Dill
- Garten- oder Daikonkresse
- Italienische Kräuter
- Koriander
- Majoran
- Minze
- Petersilie
- Schnittlauch
- Thymian

Aus der Tiefkühltruhe

- Blattspinat
- Brokkoli
- Brombeeren
- Dicke Bohnen
- Erbsen

Getränke

- Apfelsaft, naturtrüb
- Karottensaft
- Mineralwasser

Sonstiges

- Active-Cookies (von Snack Cracky)
- Agavendicksaft
- Ahornsirup
- Akazienhonig
- Aprikosen-Fruchtaufstrich
- Balsamessig, weiß
- Blaumohn, gemahlen
- Bourbon-Vanillezucker
- Bulgur (Weizenschrot)
- Chiliöl
- Chilisoße, asiatisch süß-scharf
- Cranberries, getrocknet
- Dinkel-Vollkorncracker (z.B. von Schnitzer)
- Erdnussöl
- Fischfond (1 Glas 500ml)
- Gemüsebrühe, Bio
- Getrocknete Tomaten, weich
- Honig flüssig
- Hühnerbouillon, instant
- Kartoffel Snack mit Champignons und Frühlingszwiebeln (von Pfanni)
- Kichererbsen (Dose)
- Knoblauch, frisch
- Kürbiskernöl
- Lammfond
- Leinsamen, Bio
- Linsen, rot
- Maiskörner (Dose)
- Mandeln, gehackt
- Mango-Chutney
- Meerrettich (Glas)
- Nudeln (Farfalle, kurze Makkaroni und Wok-Nudeln (z.B. Natur Company oder Bernbacher)
- Olivenöl
- Pinienkerne
- Rapsöl
- Reiswaffeln
- Roh-Rohrzucker

VORRATSLISTE

BRIGITTE-Diät 02 / 2010

Das sollten Sie im Haus haben.

Sonstiges - Fortsetzung

- Salatcreme (10,5 % Fett)
- Schupf- und Fingernudeln, vorgegart
- (Kühlregal)
- Senf, körnig, mittelscharf, scharf
- Senfsaat
- Sesamsaat
- Sojasoße, hell, dunkel, süß
- Sonnenblumenkerne
- Tabasco
- Thailändische Fischsoße
- Tomatenketchup
- Tomatenmark
- Tomatensoße (aus dem Glas)
- Tortelloni mit Käsefüllung, vorgegart
- (Kühlregal)
- Walnussöl
- Weiße Bohnen (Dose)
- Weißweinessig
- Weizenmehl, Type 550
- Wild-Preiselbeeren (aus dem Glas)
- Worcestersoße
- Zucker, weiß
- Zwiebeln, weiß und rot