

MIXX
DAS BESTE AUS DEM THERMOMIX®

7-TAGE-GENUSS EINKAUFLISTE

#STAYATHOMEANDMIXX

OBST UND GEMÜSE

CA 500 G MÖHREN
100 G KNOLLESELLERIE
2 SCHALOTTEN
4 STANGEN PORREE
100 G TK-ERBSEN
80 G FRISCHER SPINAT (ODER TK)
400 G CHAMPIGNONS
1,2 KG KARTOFFELN + 4 GROSSE KARTOFFELN
3 ZUCCHINI
1 ROTE PAPRIKA
100G PRINZESSBOHNEN
1 BUND FRÜHLINGSZWIEBELN
7 CHILISCHOTEN (ODER GEMAHLENE)
1 STÄNGEL ZITRONENGRAS (ODER AUS DEM GLAS)
850 G TOMATEN (KIRSCH- UND COCKTAILTOMATEN)
6 STIELE KORIANDERGRÜN
400 G GEMISCHTER SALAT
450 G BLAUBEEREN
3 ZITRONEN, 1 LIMETTE
375 G HIMBEEREN FRISCH + 400 G TK
4 AVOCADOS
6 BANANEN
10 ORANGEN
4 KIWIS

FLEISCH UND FISCH

1 KG HÄHNCHENBRUSTFILET
600 G KÜCHENFERTIGES GYROS
750 G LACHSFILETS
150 G DURCHWACHSENER SPECK
250 G GEMISCHTES HACK

HALTBARE LEBENSMITTEL

100 G MAISKÖRNER
100 G KIDNEYBOHNEN
200 G GETROCKNETE FRÜCHTE
4 DOSE GEHACKTE DOSENTOMATEN (À 400 G)
320 G HAUFERFLOCKEN (KERNIGE + ZARTE)
ROTE CURRYPASTE
20 G ERDNUSSÖL
250 G KOKOSMILCH
130 G TOMATENMARK
100 G BRAUNER ZUCKER

MILCHPRODUKTE

500 G BUTTER
100 G PARMESAN
1000 G JOGHURT
2,5 L MILCH
1 PACKUNG FRISCHKÄSE
2 BECHER SCHMAND
200 G CRÉME FRAICHE
200 G FETA
500 G SAHNE
800 G BUTTERMILCH
200 G GOUDA
80 G GREYERZER (ODER BERGKÄSE)
1 KUGEL BÜFFEL-MOZZARELLA

SONSTIGES

24 EIER
10 G FRISCHE HEFE
40 G SAHNEMEERRETTICH
2 ROLLEN BLÄTTERTEIG
1 PIZZATEIG (ODER SELBSTGEMACHT)
1 QUICHE TEIG (ODER SELBSTGEMACHT)
1300 G GEFLÜGELFOND
1 VANILLESCHOTE
250 G NÜSSE (Z. B. HASELNÜSSE, CASHEWKERNE
UND/ODER MANDELN)
HONIGSENF
HIMBEERESSIG

AUS DEM VORRAT

SALZ, PFEFFER, CHILIFLOCKEN, (OLIVEN-)ÖL, BASILIKUM,
THYMIAN, OREGANO, KREUZKÜMMEL, PAPRIKAPULVER,
GEMÜSEBRÜHE, VANILLEZUCKER, HONIG, ZUCKER,
PANIERMEHL, KRÄUTER DER PROVENCE, MUSKAT,
TABASCO, REIS, PASTA, MEHL, KRÄUTER (TK): PETERSILIE,
DILL, BASILIKUM; BACK-KAKAO, KNOBLAUCH, ZWIEBELN,
ZARTBITTERSCHOKOLADE, KOKOSCHIPS