

Sola 2020 gusp von Martha Heinze

Einkaufsliste

Gemüse

Frische Champignons	1.3 kg
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	1.3 kg
Gurken	2.6 kg
Di 14.07.20 12:00 Tzatziki für 13 TN	2.6 kg
Paprika	390 g
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	390 g
Ruccola	130 g
Di 14.07.20 12:00 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 13 TN	130 g
Tomaten	1.04 kg
Di 14.07.20 12:00 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 13 TN	1.04 kg
Zwiebel	195 g
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	195 g

Gewürze

Balsamico-Essig	1.3 dl
Di 14.07.20 12:00 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 13 TN	1.3 dl
Curry	19.5 g
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	19.5 g
Knoblauchzehen	7.8 Stück
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	6.5 Stück
Di 14.07.20 12:00 Tzatziki für 13 TN	1.3 Stück
Olivenöl	1.976 dl
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	1.95 cl
Di 14.07.20 12:00 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 13 TN	1.3 dl
Di 14.07.20 12:00 Tzatziki für 13 TN	4.81 cl
Paprika	19.5 g
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	19.5 g
Pfeffer	1.3 g
Di 14.07.20 12:00 Tzatziki für 13 TN	1.3 g
Salz	* 26.6 g
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	6.5 g
Di 14.07.20 12:00 Tzatziki für 13 TN	* 3.9 g
Di 14.07.20 12:00 Tzatziki für 13 TN	3.25 TL
Tomatenmark	195 g
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	195 g
Zitronensaft	1.63 cl
Di 14.07.20 12:00 Tzatziki für 13 TN	1.63 cl

Gewürze/Kräuter

Basilikum	52 g
Di 14.07.20 12:00 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 13 TN	52 g

Grundnahrungsmittel/Teigwaren

Nudeln	1.3 kg
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	1.3 kg

Milchprodukte

Halbrahm	9.1 dl
Mo 13.07.20 18:00 Nudelpfanne Elmar für 13 TN	9.1 dl
Jogurt	488 g
Di 14.07.20 12:00 Tzatziki für 13 TN	488 g

Milchprodukte/Käse

Mozzarella	520 g
Di 14.07.20 12:00 Tomatensalat mit Mozzarella und Rucola für 13 TN	520 g

* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g