

Indkøbsliste

Dag 1	Dag 2	Dag 3	Dag 4
Økologiske frosne hindbær Økologisk ris mælk FiberHUSK Rice Protein Concentrate fra www.greathealth.eu Kæmpenatlysolie Grønne Puylinser Gulerødder Rapsolie Basmatiris Kyllingebrystfileter Squash Asparges Kokosmælk Kokosflager Tørrede kaffir limeblade Citrongræs Gurkemeje Frisk koriander Havsalt 4 pærer Rismel Paranødder Tørrede abrikoser Xylosweet fra www.greathealth.eu Stødt kardemomme Kokosolie	Hirseflager Pea Protein Powder fra www.greathealth.eu Valnødder Rosiner Kanel Valnøddeolie Økologisk laks Pinjekerner Friske, spæde spinatblade Forårsløg Muskatnød Lammekød Persille Rødløg Fennikel Spidskål Cashewnødder naturel Frisk ingefær Tigerrejer 6 søde æbler Honning	Belugalinser Mango Blåbær Olivenolie Kakao Romainesalat Kikærter Sejfilet Olivenolie Frisk basilikum Rødbeder Selleriknold Rødspættefileter Sorte og grønne oliven Havsalt Melon Fersken Vindruer Granatæble Friske mynteblade Vaniljepulver fra Urtekram Stødt kardemomme	Stenfri svesker Hørfrø Solsikkefrø Quinoaflager Majsmel Boghvedemel Bagepulver Avocado Lüksus-tun i vand Rucolasalat Agurk Purløg Søde kartofler Pastinak Porrer Kalkun Cayennepeber Avocadoolie Havsalt Dadler Mandler Kakao Ananasjuice Pistacienødder