



6. OSTOSLISTA

Letut suolaisella täytteellä ja lisukesalaatti

LOUNAS

4 kpl	Kananmunaa
8 dl	Laktoositonta maitoa
4 dl	Vehnäjauhoja
100 g	Palvikinkkua
100 g	Maustekurkkua
1 tl	Kuivattua tilliä
400 g	Laktoositonta kermaviiliä
2 rkl	Sinappia
70g	Tuoretta rucolaa

¼ kpl	Valkokaalia
100 g	Babypinaattia
2 kpl	Porkkanaa
1 kpl	Pieni kurkku
250g (rasia)	Kirsikkatomaatteja

Perustarvikkeet

Rypsiöljyä
Suolaa
Rouhittua pippuria
Sokeria
Voita paistoon