

Llista de la compra

del 16 al 22 de gener

N LA
GOURMETERIA



FRUITERIA

- 2 kg de cebes
- 2 cabeces d'allis
- 1 manat de julivert
- 1 kg de remolatxa crua
- Farigola fresca
- 1 escarola
- 1 magrana
- 1 kg de llimones
- 1 kg de porros
- Un parell de naps
- Mitja col
- Un tros d'api
- 1 kg de bolets variats
- 200 g de xampinyons
- 1 carbassa
- 2 pebrots vermells
- 2 kg de tomàquets de fer sofregit
- 2 kg de patates
- 1 coliflor
- 300 g d'espínacs tendres
- 1 ceba tendra
- 1 aranja
- 1 taronja
- 1 manat de pastanagues
- 2 kg de carxofes
- 4 endívies
- Un manat de raves
- 1 manat d'espàrrecs verds
- 1 tros de gingebre fresc
- 1 bitxo



PEIXATERIA

- 4 verats desespinats
- 12 anxoves
- 400 g de bacallà dessalat
- 1 kg de lluç net
- 800 g de tonyina en talls nets de 200 g cada un

SUPERMERCAT

- 1 kg de mongetes cuites
- Llorer
- 1 pot de pebre vermell dolç
- 100 g d'olives
- Un pot petit de tàperes
- 100 g d'ametlles filetejades
- 2 dotzenes d'ous
- Un paquet de quicos (dels tous)
- Vinagre de Mòdena
- Un pot melmelada fruits vermells
- 200 g de nata
- 10 g de sucre morè
- Un paquet de plaques de lasanya
- 200 g de fruits secs torrats
- 50 g de panses
- 100 g de mel
- 1 pot petit de salsa de soja
- Un pot petit d'orenga
- Oli de sèsam
- Vinagre de poma
- 1 kg de macarrons
- Salsa de soja
- 1 pot petit de curri
- 1 iogurt grec
- 4 fajites de blat



CARNISSERIA

- 250 g de carn picada de vedella
- 250 g de carn picada de porc
- 70 g de cansalada
- 300 g de formatge de cabra
- 100 g de formatge blau
- 200 g formatge parmesà ratllat
- 100 g formatge manxec ratllat
- 200 g de formatge feta
- 200 g de formatge brie
- 4 llonzes de porc
- 1 os del genoll de la vedella
- Ossos de l'espínada del porc
- 1 conill de vedella
- 2 pits de pollastre sencers
- 100 g de daus de pernil curat
- Un xoriç
- 100 g de pernil cuit
- 3 pits de pollastre desossats
- 300 g bistec vedella tallat a tires