

# Llista de la compra

del 30 de gener al 5 de febrer

**N** LA  
GOURMETERIA



## SUPERMERCAT

- 1kg de cigrons cuits
- 100g de barreja de llavors
- 50g de festucs pelats
- 50g de pinyons
- 30g de panses
- 1 ampolla de vinagre de poma
- 1 pot petit de mel
- Un pot petit de pebre vermell picant
- 1 pot petit de mostassa de Dijon
- 1 pot petit de llavors de comí
- 1 pot petit d'herbes de Provença
- 1 pot petit de nou moscada
- 1 pot petit de curri
- 1 pot petit de salsa de soja
- 1 pot d'olives farcides
- 1 bitxo
- 1kg de macarrons
- 500g d'espaguetis
- 1 paquet de cuscús precuit
- 300g de tonyina en oli
- 100g d'avellanes
- 1 pot petit de tomàquets secs rehidratats en oli
- 1 iogurt grec
- Un pot petit de salsa Perrins
- Un pot petit de llavors de sèsam



## PEIXATERIA

- 4 trossos de llom de bacallà dessalat
- 400g de bacallà dessalat tipus esqueixat
- 4 rodanxes de lluç
- 4 orades netes i filetejades



## FRUITERIA

- 1kg d'espínacs congelats
- 2kg de cebes
- 1 manat d'alfàbrega
- 1 manat de julivert
- 1 bròcoli
- 1 carbassa
- 2 kg de patates
- 1kg de bolets variats o de xampinyons
- 2 cabeces d'all
- 3 endívies
- 1kg de peres
- 1kg de pastanagues
- 1kg de llimones
- 1 branqueta de farigola fresca
- Unes fulles de llorer
- 500g d'espínacs congelats
- 1kg de naps
- 2kg de carxofes
- Un tros de gingebre fresc
- 1 magrana
- 1kg de remolatxa crua
- 1 enciam
- 500g de tomàquets de jardí
- 1 branca d'api
- 500g de castanyes
- 1kg de cols de Brussel·les



## CARNISSERIA

- 200g de pernil a làmines
- 200g de pernil cuit a làmines
- 2 dotzenes d'ous
- 100g de gorgonzola
- 100g de formatge parmesà
- 500ml de nata líquida
- 1kg de carn de vedella per estofar tallada a daus
- 4 filets de rodó de vedella tallats ben fins, en forma de llibret
- 1 carcassa de pollastre
- 3 pits de pollastre desossats
- 1 manat d'all tendres