

Kolla vad du har hemma först...

- * minikeso 1,5% i fetthalt
- * 1 äpple
- * ½ blomkålshuvud, köp ett helt och ha i din vanliga sallad dagen på andra dagar.
- * mozzarella
- * lite parmesanost
- * kryddor från Santa Maria: Oregano, basilika, vitlökspulver, chiliflakes
- * 1 tomat
- * 1 rödlök
- * vitlök
- * bladspenat
- * lättfil, eko 0,5%
- * 1 päron