

Kolla först om du redan har nåt hemma:

- * Hällakullor från Fazer
- * smör
- * gurka
- * kycklingfilé
- * cashewnötter, jag tar salta men du kan ta naturella såklart.
- * morot
- * körsbärstomater/cocktailtomater
- * orange paprika, du kan välja annan färg om du vill
- * Lindahls kvarg 0,2% i fetthalt, samma som sist
- * apelsin
- * kiwi