



★ **Ne Feledd!** ★

Bevásárlólista szétválasztó diétához

- teljes kiőrlésű fehér tönkölyliszt
 - nádcukor, nyírfacukor (xilit)
 - rizstej, zabtej
 - kókusztej, kókuszvaj, kókuszpor
 - vaj és margarin
 - tojás pótló por
 - szőlőmagolaj (hidegen sajtolt vagy sima)
 - étkezési keményítő
 - reszelt parmezán
 - kősó
 - biovegeta
 - Jolly Joker fűszerkeverék
 - növényi tejszín
 - rendes, tejalapú tejszín
 - zöldség minden mennyiségben, akár mirelit is
 - biolekvárok
 - tojás nélküli tészták
 - vega zsír
 - tönköly zsemlemorzsa
 - kekszek tönköly lisztből
 - tönkölyrétes tészta
-