Veggies:

* O plasa de 5 kg de cartofi rosii (daca nu au rosii, cartofi noi mici, daca nu, cartofi albi normali)
* 4-5 castraveti Fabio sau 2 kg de castraveti cornichon
* Legatura marar
* O caserola pleurotus
* O caserola ciuperci champignion sau brune
* 4 cepe
* O captatzana de usturoi (vs un catel mic)
* O punga de salata verde asortata
* O punga de baby spinach

Condimente:

* Un plic de Rozmarin de la Kamis (daca nu au de la Kamis, de la Cosmin)
* Un plic de menta uscata (nu conteaza marca, de preferat tot Kamis)
* Usturoi granulat (Kamis)
* Un plic de busuioc (Kamis)

Misc:

* Ulei de floarea soarelui Bunica (daca nu au Bunica, Unisol)
* 2 cutii de rosii cubulete Cirio (daca nu au Cirio, atunci orice, numai sa fie cubulete si nu intregi)
* O punga de juma de kg de orez basmati (daca nu exista basmati, atunci Jasmin rice, unul din doua sigur exista)
* 200 grame de masline kalamata

Cold section:

* 2 borcanase de iaurt grecesc
* Margarina Becel pe care scrie Low fat Vegan
* Chiftelute vegetale de legume (se gasesc deja facute in Kaufland, Cora, Carrefour de la varii firme) – 2 caserole