

## LISTA DE LA COMPRA

- 250g de salmón ahumado
- 2000g de jamón ibérico
- 250g de jamón de pavo
- 6 huevos talla XL
- 1kg de harina de almendras
- 1 paquete de queso feta o de queso fresco de cabra
- 50g de queso mozzarella
- 1 bote de cristal de bonito al natural
- 50g de almendras al natural
- 1 bote de crema de almendras o anacardos
- 50g de pistachos, pipas de girasol, nueces, semillas de chía o mezcla de ambas
- 6 unidades pequeñas de queso fresco
- 2L de bebida vegetal al gusto: coco, almendras, avena, soja, avellanas
- 1L de kéfir
- 6 yogures desnatados de oveja o cabra
- 100g de tomates cherry
- 1kg de canónigos
- 1 paquete de espárragos trigueros o bien uno de champiñones
- 2 melocotones
- 500gr de higos
- ½ melón
- 1kg de aguacates
- 2 pepinos
- 2 granadas
- 1 paquete de membrillo
- 3 aguacates
- 2 limones
- 3 endivias
- 1 bolsa de espinacas frescas

