

# Einkaufsliste für das Weihnachtsmenü 2022



Ernährungszentrum  
Bodensee | Oberschwaben

Obst, Gemüse		Milchprodukte		Backwaren, Reis, Nudeln, Nahrungsmittel	
1 Stück	Zwiebeln	30+20+10+40+20+ 125+20+10+ 250= (480 g)	Butter	30+200 g	Mehl
3 Stück	Knoblauchzehen	200+200+200 +750 ml= (1,35 L)	Sahne	100 g	Nussmischung
1 kg	Rosenkohl	100 ml	Milch	50 g	Rosinen
1-2 Stück 500g	Pastinaken	100+50g	Parmesan		
500 g	Rote Bete vorgegart	100+100g	Bergkäse	25 g	Mandelstifte oder Walnüsse
150 g	Feldsalat	200g	Frischkäse	50g +2 EL	Semmeln altbacken oder Pankowmehl
1 kl. Bund	Schnittlauch	100g+200	Creme fraîche	Ca. 2 EL	Honig
1 gr. Bund	Petersilie glatt			100 g	Schokolade zartbitterbitter
2 Stück	Schalotten			1	VZ
1 Stange	Lauch			300 g	Zucker
500 g	Mehlige Kartoffeln			4+6 Blatt	Weißer Gelatine
300 g	Petersilienwurzeln			170 g	Mandeln gemahlen oder gehackt
250 g	Pilze gemischt			130 g	Walnüsse
2 Kopf	Radicchio			1 TL	Speisestärke
				60 g	Spekulatiuskekse
<b>Obst</b>					

# Einkaufsliste für das Weihnachtsmenü 2022



**Ernährungszentrum**  
Bodensee | Oberschwaben

1 Stück	Apfel				
3 Stück	Biozitrone				
15 g	Ingwer				
2 +2 Stück	Birnen				
Zur Auswahl:	1 Orange, 1 Granatapfel			1 Stück	Banquette oder Wurzelbrot
Konserven/ Glas					
3 EL	Tomatenmark	<b>Fleisch, Fisch, Eier</b>		<b>Essig, Öl, Gewürze, Sonstiges, Getränke</b>	
300 ml	Wildfond	180 g 200 g / Person	Rehrücken ausgelöst ohne Knochen		Gemüsebrühepulver
2 EL	Preiselbeeren	1+3+3 (7)	Eier	1 EL	Curry, Muskatnuss, Zimt, Spekulatiusgewürz
2 Liter	Birnensaft			2 1 2	Vanillestange Zimtstange Sternanis
				Je 2 EL	Getr. Rosmarin, Basilikum, Majoran und Thymian
300 g	tiefkühl Himbeeren			Je 1 TL	Koriandersaat, Wacholderbeeren, Kardamomsaat, Pimentkörner
1 EL	Meerrettich gerieben im Glas				Pfeffer a.d. Mühle, Salz
Etwa 100 ml	Calvados				Bratöl, Rapsöl/ Olivenöl kalt gepresst
3 EL	Mandellikör			300 ml	Glühwein
				4 EL	Balsamico dunkel
				4 EL	Weißweinessig