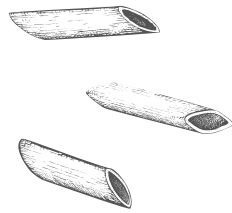


#veganhamsterfürAufänger*innen

NUDELN, REIS & GETREIDE

- Nudeln
- Reis
- Quinoa
- Haferflocken
- Couscous
- Seitanpulver



MEHL, ZUCKER & BACKZUTATEN

- Weizenmehl
- Vollkornmehl
- Dinkelmehl
- Rohrohrzucker
- Agavendicksaft
- Tapiokastärke
- Hefe
- Backpulver
- Kichererbsen Mehl

NÜSSE, SAATEN & ÖLE

- Walnuss
- Sonnenblumenkerne
- Cashew
- Sesam
- Olivenöl
- Rapsöl
- Erdnussöl
- (Apfel)Essig



SAUCEN & WÜRZE

- Passierte Tomaten
- Tomatenmark
- Sojasauce
- Misopaste
- Ketchup
- Senf
- Erdnussbutter
- Tahin
- Sriracha
- Hefeflocken
- Liquid Smoke

HÜLSENFRÜCHTE

- (Rote) Linsen
- Kichererbsen
- Kidneybohne

GEMÜSE, OBST & KRÄUTER

- Zwiebeln
- Knoblauch
- Ingwer
- Kartoffeln
- saisonales Gemüse
- saisonales Obst
- Äpfel
- Zitrone
- Basilikum
- Petersilie
- Oregano



KÜHLWARE

- Pflanzendrink
- Hafercuisine
- Kokosmilch
- Joghurt
- Räuchertofu
- Fleischersatz
- Seidentofu
- Sojanuggets & -granulat

GEWÜRZE

- Meersalz
- schwarzer Pfeffer
- Kreuzkümmel
- Zimt
- Knoblauchpulver
- Chiliflocken
- Muskat
- Paprika edelsüß
- Kurkuma

