

## LA SPESA

premessso che in casa abbiamo: basilico, prezzemolo, olio, sale, pepe, aceto, cipolle, aglio, tabasco, sedano

compriamo:

500 g di trofie fresche  
tre cucchiaini di pesto ligure  
150 g di mozzarella di bufala  
4 lombatine con l'osso di maiale  
4 salsicce  
4 cosce di pollo  
3 cucchiaini di capperi  
4 filetti di acciughe sott'olio  
75 g di zucchero  
70 g di maizena  
olio di riso  
un formaggio caprino  
una robiola  
100g di camembert  
8 fettine di baguette  
4 fette di pan carrè  
4 fette di pane di segale  
1/2 carota  
1/2 zuccina  
8 olive nere denocciolate  
1 arancia  
un avocado  
4 pomodorini pachino  
3 cipolline fresche  
2 peperoni carnosì rossi  
400g di insalate miste  
3 limoni  
750 g di cocomero  
100 g di more  
20 g di pistacchi