

Wöchentliche Einkaufsliste

Wasserfasten + Elektrolyten · Montag bis Sonntag

8

Einzigartige Zutaten

28

Rezeptportionen

4

Einzigartige Rezepte

3973,6 g

Geschätztes Gesamtgewicht

Grundzutaten

8 Einträge

- | | | |
|--------------------------|--|----------------------------------|
| ☐ | Getränke, Tee, grün, aufgebrüht, normal
In 1 Rezept verwendet, zum Beispiel Grüntee | 7 Tasses (1715 g) |
| ☐ | Limettensaft, roh
In 1 Rezept verwendet, zum Beispiel Limonade mit Salz | 3 lime yields (132 g) |
| ☐ | Mineralwasser mit Kohlensäure
In 1 Rezept verwendet, zum Beispiel Limonade mit Salz | 1800 g (1800 g) |
| ☐ | Miso
In 1 Rezept verwendet, zum Beispiel Fastenzeitgeeignete Miso-Suppe | 1 EL (17 g) |
| ☐ | Nori-Alge, getrocknetes Blatt
In 1 Rezept verwendet, zum Beispiel Fastenzeitgeeignete Miso-Suppe | 1 Blatt (3 g) |
| ☐ | Salz, Speisesalz, jodiertes Salz
In 1 Rezept verwendet, zum Beispiel Limonade mit Salz | 6 dashes (2,4 g) |
| ☐ | Wasser, Leitungswasser, Trinkwasser
In 1 Rezept verwendet, zum Beispiel Fastenzeitgeeignete Miso-Suppe | 1 serving 8 fl oz (237 g) |
| ☐ | Zitronengras (Citronella), roh
In 1 Rezept verwendet, zum Beispiel Kräutertee | 14 ELs (67,2 g) |