

Dein vegetarischer Paleo-Grundstock –
deine Speisekammer

Gemüse
Pilze

ggf. Butterschmalz/Ghee

weniger süßes **Obst**
Beeren

Mandeln

Nüsse

Kokoschips, Kokosflocken

Paranuss

evtl. Honig

Walnuss

Eier

Haselnuss

Cashewkerne

Nussmus

Macadamianüsse

Mandelmus

Samen

Rohkakao

Sonnenblumenkerne

Gewürze

Kürbiskerne

Chiasamen

Buchweizenmehl

Leinsamen

Sesam

Kaffee

Pinienkerne

Tee (ohne künstl. Aroma)

Kokosfett

Mandelmilch

Olivenöl

Kokosmilch