



# Checkliste: Grundsortiment Lebensmittel

Diese Lebensmittel braucht man häufig, sind länger haltbar und brauchen keine Kühlung. Daher können sie grundsätzlich im Wohnmobil gelagert werden.

## Grundnahrungsmittel:

- Pasta
- Reis
- Buchweizen
- Eingeschweißtes Vollkornbrot

## Frühstück und Brotzeit:

- Müsli
- Honig
- Marmelade (ungeöffnet)
- Nüsse
- Zwieback
- Kaffee
- Tee (Früchte/ Kräuter / Grüntee)
- H-Milch (1 Liter)

## Aus Glas und Dose:

- Dosentomaten
- Tomatensoße
- Ravioli 😊
- Doseneintopf
- Gemüsebrühe
- Brotaufstriche
- Pesto
- Thunfisch
- Kapern
- Eingelegte Gurken

## Zum Würzen:

- Salz
- Pfeffer
- Chili
- Rosmarin
- Oregano
- Paprikapulver
- Curry
- Zucker (die kleinen Tütchen aus dem Café eignen sich prima!)
- Essig und Öl
- Senf
- Gemüsebrühe

## Getränke:

- Wasser
- evtl. 1- 2 Säfte

## Gegen schlechte Laune

- Kekse
- Gummibärchen