

## Lista de compras

### Verduras y Frutas

---

- 1 libra coles de bruselas
- 2 batatas/camotes
- 1 cebolla roja

### Carne/Aves

---

- 4 muslos de pollo

### Pasillos Centrales\*

---

- Quinoa, blanca o tricolor
- 16 onzas caldo de verduras, sin sal (o agua)
- Vinagre balsámico
- Aceite de canola
- Condimento italiano
- Pimentón (paprika)
- Sal kosher
- Pimienta

\* *Es posible que tenga unos de estos artículos en su despensa*