

Alfabetyczna lista produktów spożywczych

A		C		F	
agar-agar	W z	cayenne, pieprz	M g	fasola	:-)
agrest	D ch	cebula		adzuki	W n
alfa-alfa	D ch	dymka	M cp	mung	W ch
alkohol,		smażona	Z cp	szparagowa	Z n
wysokoprocenowy	M g	surowa	M cp	fenkul	Z cp
amarant	O n	chili	M g	figa	Z n
ananas	D z	chrzan	M cp		
angielskie ziele	M g	ciecierzyca	W ch	G	
arbuz	Z z	cukier		gęś	M n
awokado	Z ch	fabryczny	Z ch	goździki	M cp
		trzciniowy	Z n	granat	D cp
		cukinia	Z ch	grejpfrut	O ch
B		curry	M g	groch św.	Z n
badian gwiazdzisty	M cp	cykoria	O ch	groch susz.	W n
banany	Z ch	cynamon	Z cp	gruszka	Z ch
baranina, jagnicina	O g	cytryna skórka	D z	gryka (kasza)	O ch
bataty	Z cp	czosnek	D ch	grzyby	
bazylia św.	O cp			bocznik	Z n
bazylia susz.	M cp	D		leśne	Z n
Bażant	M cp	daktyle	Z n	Mu-Erh	W ch
bez czarny	O ch	drożdże	D n	pieczarki	Z ch
cząber św.	O cp	dymka (cebulka)	M cp	shiitake	Z n
cząber susz.	M cp	dynia		gorczyca	M cp
borówki	D ch	Hokkaido	Z cp		
brokuły	Z ch	ogrodowa	Z n	H	
brukselka	O cp	olej	C cp	herbata	
brzoskwinia	Z cp	pestki	Z n	bancha	O n
bulgur	D n	dzik	M cp	czarna	O n
burak				Pu-Erh	O n
czerwony	O n	E		Tuo-Cha	O n
liściowy, boćwina	Z ch	estragon św.	Z ch	z hibiskusa (malwy)	D ch
warzywny	Z n	Estragon susz.	M cp	z głogu	D n
bylica pospolita	M cp				

Przygotował JamesBond dla Tikime3.org

Alfabetyczna lista produktów spożywczych

z kopru włoskiego	Z cp	kałamarnice	W ch	kozieradka	O ch
z kukurydzy (znamion)	Z ch	kapusta		kraby	W z
z lukrecji	Z n	biała	Z n	krewetki	W cp
z melisy	D ch	chińska	Z ch	królik	
z mięty	M ch	czerwona	Z n	domowy	M ch
z pomarańczy (kwiatów)	Z ch	kwaszona	D ch	dziki	M n
yogi	M g	włoska	Z n	kukurydza	Z n
zielona	O ch	karczochy	O ch	kumquat	D cp
homar	W cp	kardamon	M cp	kura, kurczak	D cp
		kasza		kurkuma	O cp
I		gryczana	O ch	kuropatwa	M cp
imbir św.	M cp	jęczmienna	Z ch	kuskus	D n
imbir susz.	M g	kasztan (jadalny)	Z cp	kuzu	Z ch
indyk	M n	kawa		kwas chlebowy	D ch
		naturalna	O cp		
J		zbożowa	O cp	L	
jabłka		kawior	W z	langusta	W cp
kwaśne	D ch	kefir	D ch	laurowy, liść	M cp
słodkie	Z ch	kiełki		likier	
jagody, czarne	D ch	fasoli mung	D z	gorzki	O g
jajko	Z n	rzodkiewki	M ch	słodki	Z cp
jałowiec	O cp	pszenicy	D z	lubczyk	M cp
jeleń	M g	soi	D ch		
jeżyny	D n	strączkowych	D ch	Ł	
jęczmień	Z ch	kiwi	D z	łosoś	W n
jogurt	D z	klementynka	D ch		
		kmin krzyżowy	M cp	M	
K		kminek	M cp	majeranek	M cp
kaczka	D ch	kokos mleczko/orzech	Z cp	mak	O cp
kakao	O cp	kolendra	M cp	maliny	D n
kaki (owoc)	Z z	koniak	O g	małże	W n
kalafior	Z ch	koper	M cp	mandarynki	D ch
kalarepa	Z n	koza	O g	mango	Z z

Przygotował JamesBond dla Tikime3.org

Alfabetyczna lista

produktów spożywczych

maranta (mąka)	Z ch	sezamowy	Z ch	piwo	:-)
marchewka	Z n	słonecznikowy	Z ch	pilzner	O ch
masała (przyprawa)	M cp	sojowy	Z cp	porter	O ch
masło	Z n	z dyni	Z cp	pszenne	D ch
melasa, wszyst. rodzaje	Z n	z kiełków pszenicy	Z ch	pokrzywa	On
melon	Z n	z oliwek	Z ch	polenta	
mięso		z siemienia lnianego	Z ch	(grys kukurydziany)	Z n
z rusztu, wszyst. gat.	O g	oliwa zob. olej		pomidor	D z
peklowane, wędzone,		oliwka	W ch	porzeczka	D ch
solone i suszone	W cp	oregano św.	O cp	pomarańcza	D ch
migdały	Z n	oregano susz.	M cp	por	M cp
miód	Z n	orkisz	D n	proso	Z n
pitny	Z cp	zielony	D cp	przepiórka	M n
miso	W n	orzechy		pszenica	D ch
mlecz	O ch	laskowe	Z n	otręby	D z
mleko		nerkowca	Z ch		
kozie	O cp	pinii	Z cp	Q	
krowie	Z n	pistacjowe	Z n	quinoa	O n
sojowe	Z ch	włoskie	Z cp		
zsiadłe	D ch	ziemne	Z cp	R	
morele	Z cp	ostrygi	W ch	rabarbar	D z
moshi (słodki ryż)	Z cp	owies	M cp	raki	W z
muszkatołowa gałka	M cp			rodzynki, koryntki	Z cp
		P		rozmaryn św.	O cp
N		papaja	Z z	rozmaryn susz.	M cp
nasturcja	D ch	papryka	Z ch	rukola	O ch
		słodka	O cp	ryba	
O		pasternak	O ch	dorsz	W cp
oberżyna	Z ch	pieprz	M g	flądra	W cp
ocet	D cp	pietruszka		halibut	W n
ogórek	Z z	natka	D cp	karp	W n
olej		korzeń	Z n	okoń	W n
rzepakowy	Z cp	pigwa	O ch	pstrąg	W n

Przygotował JamesBond dla Tikime3.org

Alfabetyczna lista produktów spożywczych

sardynki	W cp	soja, czarna /żółta	Z ch	Twaróg	D ch
węgorz	W cp	kiełki	Z ch	U	
wędzona, wszystkie		mleko	Z cp	umeboshi	W ch
gatunki	W cp	olej	Z cp	W	
ryż	M n	sos (Tamari, Shoyu)	Z ch	wanilia	Z n
słodki (moshi)	Z cp	sok	Z ch	wężymord	Z ch
rzeżucha	M ch	z gruszek	Z ch	wieprzowina	W n
rzodkiewka	M ch	z jabłek		wino	
rzepa		z winogron	W ch	białe	D ch
biała	M ch	z wiśni	O cp	czerwone	O cp
czarna	M n	sól	M cp	grzane	O g
		syrop	D n	musujące	D ch
S		szafran	D cp	portwein	Z cp
salami	W cp	szałwia św.		ryżowe (sake)	M cp
sałata		szałwia susz.	Z n	winogrona	Z ch
endywia	O n	szampan	Z ch	wiśnie	
lodowa	O n	szczaw	Z cp	kwaśne	D cg
radiccio	O ch	szczypiorek	Z n	słodkie	Z cp
siewna	O n	szparagi	Z cp	woda	
zielona	O ch	szpinak	Z cp	gorąca	O ch
sarna	M cp	szynka, sur./gotow	W ch	mineralna	W z
seler nać/bulwa	Z ch		M cp	zimna	W z
sezam	Z n	śliwka św.		wodorosty morskie	
ser		śliwka susz.		hijiki	W z
biały	D ch	śmietana kwaśna	Z z	kombu	W z
kozi	O cp	słodka	Z ch	nori	W z
owczy	O cp		O cp	wakame	W z
parmezan	W cp	T	O ch	wołowina	Z n
pleśniowy	M cp,g	tofu	M g	yam	Z n
twaróg	D ch	truskawki		Z	
słonecznik, ziarno	Z n	tuńczyk	D cp	zając	M cp
olej	Z ch	tymianek św.	Z n	ziemniak	Z n
soczewica	W n	tymianek susz.	O ch	Ż	
				żyto.	O n