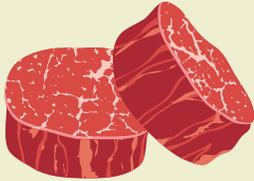


ALIMENTOS DE EUROPA DEL ESTE

La región incluye: Rusia, Ucrania, República Checa, Bielorrusia, Rumania, Moldavia, Bulgaria

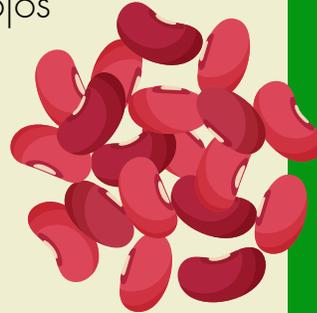
Proteína animal

- Carne de res
- Cerdo
- Pollo
- Huevos
- Mariscos
- Vísceras
- Cordero
- Pato
- Embutidos



Proteína de origen vegetal

- Garbanzos
- Arvejas Partidas
- Porotos blancos
- Frijoles rojos



Frutas y verduras

- Cebollas
- Manzanas
- Plátanos
- Naranjas
- Mandarinas
- Uvas
- Pera
- Ciruelas
- Albaricoques
- Melocotones
- Cerezas
- Higos
- Betabels
- Zanahoria
- Tomates
- Papas
- Repollo
- Nabos
- Pepino
- Arvejas



Lácteos

- Requesón
- Leche
- Queso
- Leche de cabra



Granos

- Alforfón
- Gachas de maíz
- Avena
- Cebada
- Fideos de huevo



Condimentos y alimentos básicos para cocinar

- Jengibre
- Ajo
- Cebolletas
- Hojas de laurel
- Manteca
- Crema agria
- Perejil
- Canela
- Clavos de olor
- Semillas de alcaravea
- Rábano picante
- Eneldo

