

Samtliga 50 råvaror

Alger

- Purpurtå
- BrunalgWakame

Böner och baljväxter

- Adzukiböner
- Svarta böner
(black turtle beans)
- Bondböner
- Bambaraböner
- Ögonböner
- Linser
- Maramaböner
- Mungböner
- Sojaböner

Kaktusar

- Nopal

Spannmål och sädeskorn

- Amaranth
- Bovete
- Fingerhirs
- Fonio
- Kamutvete
- Quinoa
- Dinkel/spelt
- Teff
- Vildris

Frukt och grönsaker

- Pumpablommor
- Okra
- Orange tomat

Bladgrönsaker

- Rödbetsblast
- Broccolirybs
- Grönkål
- Moringa
- Pakchoi
- Pumpablod
- Rödkål
- Spenat
- Vattenkrasse

Svampar

- Enoki
- Maitake
- Tallblodrisk

Nötter och frön

- Linfrön
- Hampafrön
- Sesamfrön
- Valnötter

Rotfrukter

- Svartrot
- Persiljerot
- Rättika

Groddar

- Alfalfagroddar
- Groddade kidneyböner
- Groddade kikärtor

Rötter

- Lotusrot
- Storjams
- Jamsbönrot
- Röd indonesisk sötpotatis