

Des recettes faciles à déguster au quotidien, qui raviront vos proches et vous-même.

Je selectionne pour vous des recettes qui vous veulent du bien mais qui ne sacrifient pas le plaisir d'un délicieux repas. Pour avoir accès à des recettes adaptées à votre régime alimentaire, n'hésitez plus et prenez rendez-vous.

Chercher une recette

Une délicieuse salade méditerranéenne colorée et savoureuse, composée de légumes grillés, de feta crémeuse et d'une vinaigrette aux herbes fraîches.

Préparation: 20 min

Cuisson: 30 min

Repos: 15 min

J'ai faim !



Salade de quinoa

4/5



Smoothie aux fruits rouges

4/5



Pavé de saumon grillé

5/5



Salade de poulet grillé