

Recettes à moins de 1 PDF

Liegeois, Veronique ; Guedes, Valery



Ceci est juste un extrait du livre de Recettes à moins de 1. Le livre complet peut être téléchargé à partir du lien ci-dessous.



Auteur: Liegeois, Veronique ; Guedes, Valery

ISBN-10: 9782263155475

Langue: Français

Taille du fichier: 3742 KB

LA DESCRIPTION

Sur le thème d'une cuisine familiale et du quotidien, retrouvez 90 recettes toutes photographiées à réaliser avec un budget de 1 , ou moins, par personne. Accessibilité garantie avec peu d'ingrédients, des préparations rapides et des conseils et astuces pour bien faire ses courses, choisir les bons produits et évaluer ses besoins. Au menu des apéros et des entrées, des plats complets et des desserts. Autant de préparations variées et originales, de recettes santé avec des superaliments et bien sûr des desserts gourmands et tendance. Salade de fenouil et pommes verte au cumin, Chou-fleur mimosa à la truite fumée, Flan au jambon et à la courgette, Lentilles au massala, Petits pots de semoule et coulis de mûres, Pommes râpées au citron vert... Tout pour se faire plaisir en faisant plaisir à son corps avec des petits plats économiques !

QUE DIT GOOGLE SUR CE LIVRE?

Ingrédients - 200g de pâte brisée - 100g de mozzarella - 1 cuillère à café de pulpe de tomate - 1 ou 2 dés de mozzarella - 1 cuillère à café d'origan

Découvrez les recettes faciles à faire et rapide de Canal Vie pour manger santé : poulet, porc, poisson, boeuf, pâtes, soupes, salades, desserts, mijoteuse

20 recettes équilibrées à moins de 3 euros par personne. Bien manger pour un prix raisonnable, c'est possible Vous disposez de peu de temps pour cuisiner et d ...

RECETTES À MOINS DE 1

[Lire la suite...](#)