

**CHARTE GRAPHIQUE ET**  
**EXEMPLES DE MAQUETTES**

# CHARTE GRAPHIQUE

## Palette de couleurs



1E1E24



FB9F89



C4AF9A



81AE9D



21A179

## Polices d'écriture

*Sandrine Coupart*

Caveat

### **Mes Services**

Abril Fatface

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Suspendisse sed mollis urna. Pellentesque habitant morbi tristique senectus et netus et malesuada fames ac turpis egestas. Ut pretium ligula sit amet ipsum feugiat viverra. Nam id imperdiet dolor. Quisque vel urna ut sapien interdum molestie quis sit amet nibh. Etiam id magna urna. Donec euismod tellus et tellus viverra, quis tempus diam scelerisque.


Arsenal

# Maquette de la page recette

Connexion

AccueilRecettesContact

Recherche



## Salade composée, thon et crudités

Ingrédients

temps de préparation  
15 min

- 1 petites laitue
- 1 boîte de thon
- 2 tomates coupées en dés
- 1 avocat coupé en dés
- 1 petit oignon rouge haché
- 3 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- poivre
- sel

Description

Cette salade composée est très simple à réaliser et offre un mélange de saveurs délicieux. Elle est une option saine et savoureuse pour un déjeuner rapide ou un dîner léger.

Etapes

1. Laver les feuilles de laitue et les sécher délicatement.
2. Disposer les feuilles de laitue sur une assiette de service.
3. Égoutter le thon et l'émietter sur les feuilles de laitue.
4. Ajouter les dés de tomates et d'avocat sur le thon.
5. Parsemer d'oignon rouge haché sur le dessus.
6. Dans un petit bol, mélanger l'huile d'olive et le vinaigre balsamique pour faire la vinaigrette.
7. Assaisonner avec du sel et du poivre noir fraîchement moulu.
8. Verser la vinaigrette sur la salade juste avant de servir.

Bonne Dégustation

Avis ★★★★★

Bernard Malin★★★★★

Très bonne recette pour un repas léger.

09/06/2023

George Dupond★★★★☆

Repas trop léger pour moi mais qui reste savoureux.

07/06/2023

Adresse


62 Rue Guillaume le conquérant, 14000 Caen

Téléphone

02 52 53 54 55

E mail

sandrine-diet@coupart.fr



Sandrine Coupart

Dieticienne - nutritionniste

Navigation

Accueil

Recettes

Contact

Connexion

Copyright 2023-2024 Tous droits réservés Mentions légales Politique de confidentialité

Maquettes responsive des pages recette et listes des recettes



Salade composée, thon et crudités

Ingrédients

temps de préparation  
15 min

- 1 petites laitue
- 1 boîte de thon
- 2 tomates coupées en dés
- 1 avocat coupé en dés
- 1 petit oignon rouge haché
- 3 cuillère à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe de vinaigre balsamique
- poivre
- sel

Description

Cette salade composée est très simple à réaliser et offre un mélange de saveurs délicieux. Elle est une option saine et savoureuse pour un déjeuner rapide ou un dîner léger.

Etapes

1. Laver les feuilles de laitue et les sécher délicatement.
2. Disposer les feuilles de laitue sur une assiette de service.
3. Égoutter le thon et l'émietter sur les feuilles de laitue.
4. Ajouter les dés de tomates et d'avocat sur le thon.
5. Parsemer d'oignon rouge haché sur le dessus.
6. Dans un petit bol, mélanger l'huile d'olive et le vinaigre balsamique pour faire la vinaigrette.
7. Assaisonner avec du sel et du poivre noir fraîchement moulu.
8. Verser la vinaigrette sur la salade juste avant de servir.

Bonne Dégustation

Avis

★★★★★

Bernard Malin

Très bonne recette pour un repas léger.

09/06/2023

★★★★☆

George Dupond

Repas trop léger pour moi mais qui reste savoureux.

07/06/2023

Adresse

62 Rue Guillaume le conquérant, 14000 Caen

Téléphone

02 52 53 54 55

E mail

sandrine-diet@coupart.fr

Navigation

Accueil

Recettes


Contact

Connexion


Mentions légales

Politique de confidentialité

Copyright 2023-2024 Tous droits réservés



Recettes




Salade composée thon et crudités

temps de préparation : 20 min

Calories : 150 cal pour 100g

★★★★☆




Salade composée thon et crudités

temps de préparation : 20 min

Calories : 150 cal pour 100g

★★★★☆




Salade composée thon et crudités

temps de préparation : 20 min

Calories : 150 cal pour 100g

★★★★☆



Salade composée thon et crudités

temps de préparation : 20 min

Calories : 150 cal pour 100g

★★★★☆

Adresse

62 Rue Guillaume le conquérant, 14000 Caen

Téléphone

02 52 53 54 55

E mail

sandrine-diet@coupart.fr

Navigation

Accueil

Recettes

Contact

Connexion

Mentions légales

Politique de confidentialité

Copyright 2023-2024 Tous droits réservés