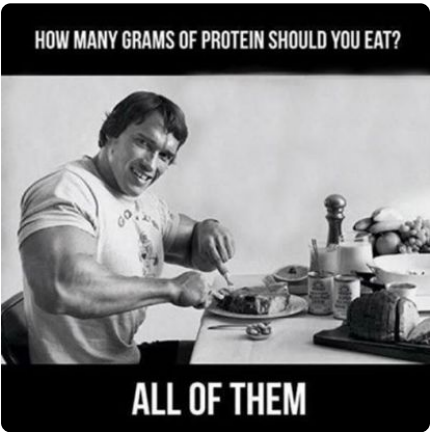


Hello, world!

This is a template for a simple marketing or informational website. It includes a large callout called a jumbotron and three supporting pieces of content. Use it as a starting point to create something more unique.

Learn more »



Nutrition

Calories	500 kcal
Proteines	42g
Glucides	39g
Lipides	19g

Ingredients

- 3 Oeuf entier
- 80g Poivron
- 50g Riz complet
- 80g Blanc de poulet
- 80g Champignons de Paris

Preparation

1. Dans un grand recipient: fouettez le oeufs. Vous pouvez ajouter du poivres et des épices selon vos préférences.
2. Dans un plat, coupez le blanc de poulet et les poivrons en dés.
3. Versez dans une poêle chaude votre mélange d'oeufs fouettés.
4. Ajoutez-y le poulet et les poivrons.
5. Laissez cuire jusqu'à ce que l'omelette soit prête.
6. Pour la cuisson du riz, référez-vous aux instructions présentes sur l'emballage (typiquement environ 10min dans une casserole d'eau bouillante).