|  |  |
| --- | --- |
| [Όνομα συνταγής]  Απόδοση: [αριθμός μερίδων]  Χρόνος προετοιμασίας: [ώρες και λεπτά]  Συνολικός χρόνος: [προετοιμασία + ώρα μαγειρέματος] Συστατικά[Συστατικό 1] | [ποσότητα][Συστατικό 2] | [ποσότητα][Συστατικό 3] | [ποσότητα]Οδηγίες [Εξηγήστε εδώ τον τρόπο προετοιμασίας και μαγειρέματος αυτής της συνταγής.] Πληροφορίες ειδικής διατροφής [Χωρίς γλουτένη; Κατάλληλη για διαβητικούς; Προσθέστε εδώ τυχόν πληροφορίες ειδικής διατροφής.] | Λίστα αγορών[Συστατικό 1][Συστατικό 2][Συστατικό 3] |