|  |  |
| --- | --- |
| [Intitulé de la recette]  Portions : [nombre de personnes]  Temps de préparation : [heures et minutes]  Durée totale : [préparation + temps de cuisson] Ingrédients[Ingrédient 1] | [mesures][Ingrédient 2] | [mesures][Ingrédient 3] | [mesures]Instructions [Expliquer ici comment préparer et cuire ce plat.] Informations pour les régimes alimentaires particuliers [Sans gluten ? Convient aux diabétiques ? Ajouter ici les informations relatives aux régimes alimentaires particuliers.] | Liste de courses[Ingrédient 1][Ingrédient 2][Ingrédient 3] |