|  |  |
| --- | --- |
| [レシピ名]  数量: [人数]  準備時間: [時間および分]  時間の合計: [準備時間 + 調理時間] 材料[材料 1] | [大きさ][材料 2] | [大きさ][材料 3] | [大きさ]作り方 [ここで、このレシピの準備方法と調理方法について説明します。] 特別食に関する情報 [グルテン フリーですか?糖尿病患者向きですか?ここに特別食に関する情報を追記します。] | 買い物リスト[材料 1][材料 2][材料 3] |