



## **5 recettes faciles à faire avec des protéines maigres**

[RECETTES](#)



---

TEMPS DE PRÉPARATION :

---

TEMPS DE CUISSON :

---

TEMPS DE REPOS :

---

DEGRÉ DE DIFFICULTÉ: MOYEN

---

CONGÉLATION: NON

## **Ingrédients**

---

## **Préparation**

---