



# Certificat d'Or

*Vous savez maintenant ce qu'il faut dans votre économet, pour mieux gérer vos achats et lutter contre le gaspillage. Avec une bonne base d'ingrédients de longue conservation, vous pouvez vous concentrer sur les produits frais.*

*Bien sûr cette liste n'est pas exhaustive car elle dépend de vos goûts personnels, du type de cuisine que vous aimez ou de vos intolérances. Avec ces ingrédients vous disposerez d'une bonne base pour la grande majorité des recettes classiques.*

*Croyez-moi il n'en faut pas plus pour se régaler avec une cuisine saine et équilibrée.*

*Philippe Guller*