

La check-list de ce qu'il faut avoir dans sa cuisine...

- Dans son placard
 - De la farine, de la levure (chimique)
 - Du riz, des pâtes, des pommes de terre
 - Du pain
 - Des conserves
 - Des légumineuses (lentilles,..)
 - De l'huile, du vinaigre
 - Des épices et aromates (sel, sucre, poivre, cubes de bouillon)
 - De l'ail, des oignons-échalotes
- Dans son frigo
 - Du lait, de la crème fraîche
 - Des œufs
 - Des légumes
 - Du fromage
 - Du beurre
- Dans le congélateur
 - Viande ou poisson
 - Légumes surgelés
- Dans un saladier
 - Des fruits