

5 recettes cookeo minceur à moins de 300 calories

Découvrez dans cet article 5 recettes cookeo minceur à moins de 300 calories . Vous pouvez en découvrir d'autres dans les livres de recettes cookeo minceur pour les beaux jours et pour tous les jours . Ces livres existent aussi au format kindle sur Amazon . Pour plus de renseignements cliquez sur les images des livres.

Pour obtenir la recette entière écrite cliquez sur l'image de la recette .



**Carottes bolognaise 240 calories 5
PP 6 SP**



**Filet mignon tomates .195 CALORIES
4 PP 4 SP**



**Saumon champignons 190 CALORIES 5
PP 5 SP**



Blanquette poulet express 250
CALORIES 5 PP 1 SP



Compote pommes ananas 135 CALORIES
3 PP 2 SP



60 recettes cookeo minceur

POUR TOUS LES JOURS



JP. ROUSSEAU



60 recettes minceur cookeo

POUR LES BEAUX JOURS



J.P. ROUSSEAU