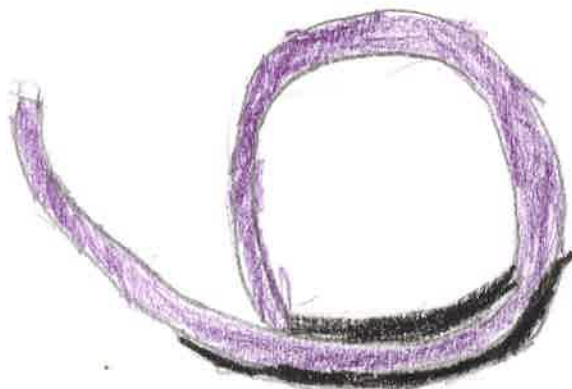
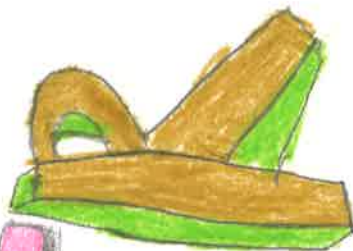
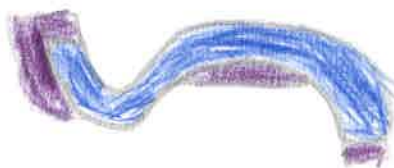
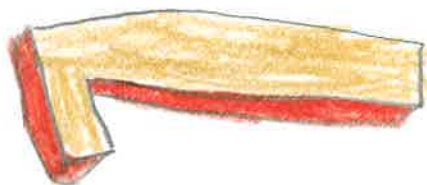


Le livre de recettes de la 56 FRS-1



Le livre de recettes de la 56FRS1

Nous avons étudié en classe la quantité d'eau invisible dans certains aliments et nous avons pris conscience que certains aliments sont très gourmands en eau, comme la production de bœuf par exemple.

Nous vous proposons des idées de repas afin de prendre conscience de notre consommation d'eau invisible.

Les repas proposés limitent notre quantité d'eau invisible.

Bon appétit ! Régalez-vous bien 😊

Vos 12 aventuriers de l'eau (56FRS1)

Le Sandwich



Ingrédients:

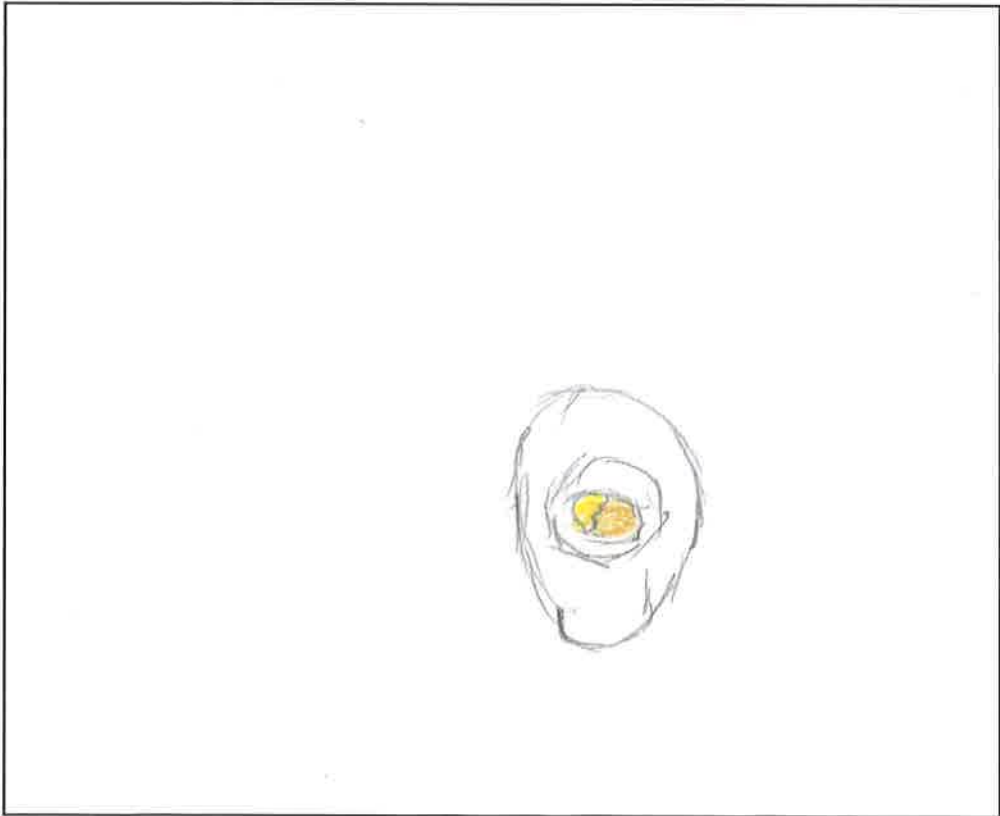
- une tranche de fromage
 - une pomme
 - une tomate
 - 2 tranches de pain
- mettre une tranche de fromage sur la tranche de pain et mettre une tomate et recouvrir avec la tranche de pain.

Dessert : Pomme

Quantité d'eau utilisée :

793L

La super mallette!



Ingredients:
- fromage
- tomate
- patate

Recette:
Paincuisse la patate mettre la patate dans une assiette. Mettre le fromage dessus et mettre au micro-ondes on en fait cuire la patate. Couvrir la patate avec le fromage.

desert / besoin: jus d'orange

Quantité d'eau utilisée : 3700 L

Pizza Margarita

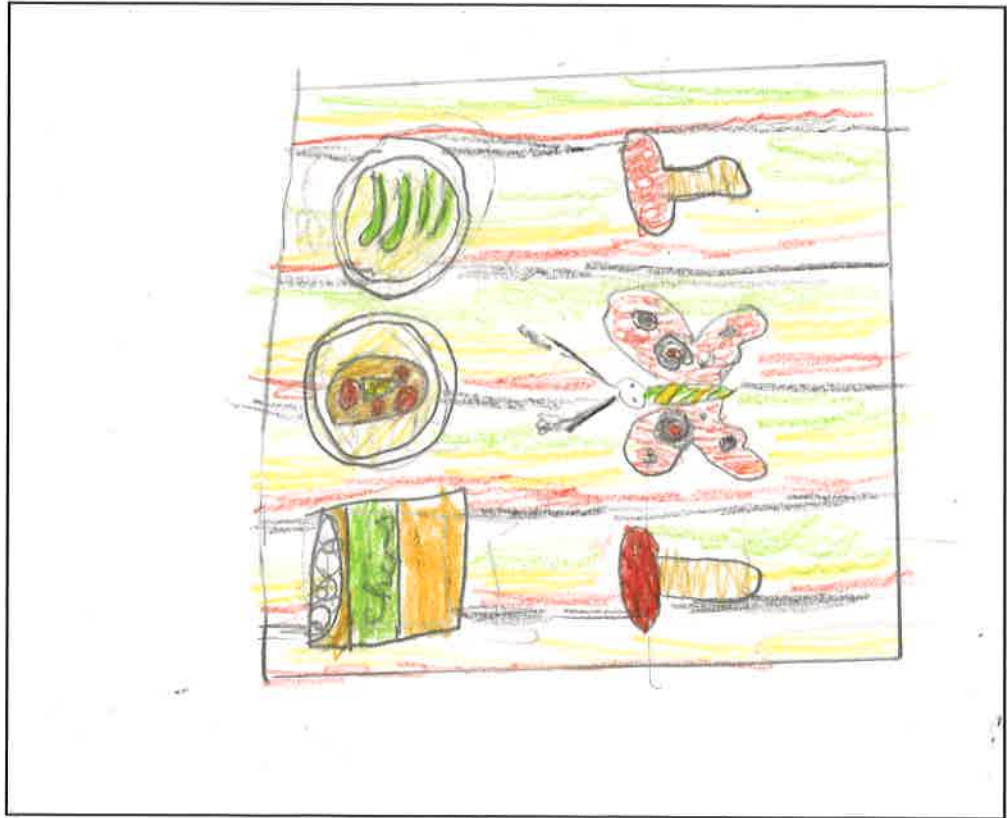


De la pâte à pizza, de la mozzarella
et de la sauce tomate. Ensuite
mettre au four.

Dessert: Orange

Quantité d'eau utilisée: 1340 litres

Figure - nique



- un paquet de chips
 - deux verres de lait
 - dix tranches de fromage
 - cinq tranches de pain
 - deux pommes coupées en huit
 - deux tomates coupées en huit
- Briery les cinq tranches de pain,
 on chacune mettre deux tranches de
 fromage + mettre trois morceaux de
 tomate
- Dernier : pomme coupée Briery : deux verres de lait

Quantité d'eau utilisée :

1371L

Burée + oeuf



ingrédients: - pomme de terre

- oeuf
- une tomate
- une pêche

écraser les patate et mettre
l'eau dans la casserole après
on met dans la casserole
les oeufs, après on met de
l'eau, salade de tomates.

Dessert: pêche

Quantité d'eau utilisée: 313l.