



# Par quoi remplacer ?

## LES LÉGUMES



L'avocat



Ses pois



L'aubergine



Le poivron



La blette



L'épinard



Le brocolis



Le chou-fleur



La carotte



La bettrave



La bettrave



Le panais



Le concombre



La tomate



La courge



La carotte



Le chou



Le brocolis



La courgette



L'aubergine



L'endive



Le poireau



Le fenouil



L'endive



Le navais



Le panais



La patate douce



La patate



Le poireau



L'épinard



Le poivron



La tomate



Ses pois



Les haricots verts

