



# *les bonnes recettes de Marithé*

## **Gaufres SANS ŒUF, SANS LAIT** *pour 6 gaufres*

### INGRÉDIENTS

- 180 g de farine de blé,
- 1 cuillère à soupe d'huile de tournesol,
- 40 g de sucre,
- 300 ml d'eau gazeuse.

### INSTRUCTIONS

- Mélanger les différents ingrédients.
- Cuire dans un gaufrier jusqu'à l'obtention de la couleur souhaitée.

Recette élaborée par  
Mme Marie-Thérèse ROTH



Service de  
Médecine Interne,  
Immunologie Clinique  
et Allergologie  
Hôpital Central  
29, Av. de Lattre de Tassigny  
54035 NANCY Cedex