

# ÉPUCER LA POIRE

LOUISE BONNE I DU PAYS ENGARDANT

LA POIRE. LA BOUIEIR AVEC  
DU BI CARBONATE.  
10 MINUTES. LA REPROIR

LA COURBE ET VIVER ET  
REMETTRE DANS L'EAU TÈDE  
LE DEUXIÈME MATIN

SOUS VIDE BEN LE SOIR

