

LA RECETTE *du* LUNDI



thé vert glacé volupté, gingembre et citron

boisson



INGRÉDIENTS

- 10 g de thé vert Volupté
- 1 L d'eau
- ¼ c. à café de gingembre en poudre
- le jus d'½ citron
- 1 c. à café de miel, facultatif

PRÉPARATION

On fait chauffer l'eau à environ 80 °C, puis on laisse infuser le thé avec le gingembre pendant 3 minutes. On filtre, on laisse refroidir complètement, puis on ajoute le jus de citron et un peu de miel si besoin. Direction le frigo jusqu'au moment de servir. Pas besoin de glaçons. Le thé vert est naturellement riche en antioxydants, le gingembre apporte sa petite touche chaleureuse et le citron vient réveiller l'ensemble avec beaucoup de fraîcheur.

