

THÉ FROID MAISON

Ingrédients :

- 10g de thé vert ou de thé noir
- 1 litre d'eau
- 1 concombre
- 1 botte de menthe fraîche
- Autres fruits selon vos goûts

Recette :

Faire infuser 10gr du thé de votre choix dans 250 ml d'eau bouillante pendant 3 minutes, filtrer et laisser refroidir.

Mettre 1 botte de menthe et 50 grammes de concombre en tranches dans les 850ml d'eau restante.

Assembler dans une grande jarre les deux mixtures et laisser infuser une nuit au frais. N'hésitez pas à y ajouter d'autres fruits de saison que vous trouverez chez vous pour éviter le gaspillage alimentaire.

Dégustez frais, à tout moment de la journée.

Préconisations de conservation : A conserver à $\leq 5^{\circ}\text{C}$. Après confection, consommer rapidement.

