

Eau détente hibiscus et fleur d'oranger

Catégorie : Nutrition

Temps de préparation : 5 min

Les ingrédients

Pour 4 personnes



20 ml d'eau de fleur d'oranger

4 infusettes d'hibiscus

2 infusettes d'infusion citron gingembre

12 g de sirop d'agave (ou plus selon les goûts)



1 l d'eau

La préparation

Étape 1

Remplir une grande bonbonne avec le litre d'eau

Étape 2

Y plonger toutes les infusettes (hibiscus et citron-gingembre)

Étape 3

Ajouter l'eau de fleur d'oranger et le sirop d'agave

Étape 4

Laisser infuser 12h au moins placé au réfrigérateur, puis retirer toutes les infusettes.

Étape 5

Déguster et ajouter du sirop d'agave si besoin.

Notre astuce

Pour un peu plus de gourmandise, vous pouvez ajouter des fruits frais tels que des kiwis ou des fraises.