

ICE TEA MAISON

Super Simple



INGRÉDIENTS

pour 1L de sirop

- 40 fleurs de sureau (récoltées mi-juin loin de la pollution!)
- 300g de sucre de canne
- 2 gros citrons
- 750ml d'eau

PRÉPARATION

& conservation

- trempage une nuit
- préparation 30+10min
- se conserve plusieurs mois au frigo

RECETTE

01

Égrenez les fleurs dans un saladier

02

Ajoutez les citrons coupés en petits morceaux et le sucre

03

Mélangez et laissez macérer toute une nuit, couvert d'un linge

04

Versez la préparation dans une casserole avec l'eau

05

Chauffer à feu doux 10 min en remuant régulièrement et sans laisser bouillir

06

Laissez refroidir

07

Filtrez le sirop en pressant bien. Mettre en bouteille & conserver au frigo

collectif
développement
cantines
durables

www.collectifcantinesdurables.be