

Le chlorophylle

Par ce temps estival, je vous propose une boisson rafraîchissante et bienfaisante. Pourquoi ? Parce qu'elle est fait à base d'herbes ! Persil, basilic et menthe dégagent leurs parfums tout en colorant cet élixir d'une couleur inhabituelle.



Ingrédients :

1 poignée de persil

1 poignée de basilic

Une dizaine de feuilles de menthe.

(s'il vous manque l'un ou l'autre, essayez quand même)

1 citron

80 g de sucre

Eplucher le citron à vif et laver les herbes

Mettre dans le bol le citron, les herbes, le sucre et quelques glaçons si vous souhaitez consommer cette boisson tout de suite.

Préparer un litre d'eau fraîche.

Programmer 1 mn vitesse 10 et verser doucement l'eau dans la réserve du couvercle (sans enlever le gobelet).

L'eau va l'écouler doucement sans éclaboussure.

C'est prêt !

Ajouter quelques glaçons dans votre pichet pour conserver la fraîcheur plus longtemps.

A noter : Pour un goût de citron plus prononcé, zester une partie du citron avant de l'éplucher et l'ajouter au reste des ingrédients. Mais attention, le zeste ne comprend que le verni du citron. La partie blanche de la peau est amère.