

MES PETITS PLATS

MES PETITS PLATS

AU NATUREL

AU NATUREL

boissons

Orangeade à la noix de muscade

et au miel d'acacia

Pour 2 tasses

Préparation : 5 min

1,5 tasse de jus d'orange rais, le jus de 1 pamplemousse, le jus de 1 citron vert, ½ cuil. à café de cannelle en poudre, ½ cuil. à café de noix de muscade en poudre, ½ cuil. à café de piment de la Jamaïque en poudre, 2 cuil. à soupe de miel

Mélangez bien les épices et les jus de fruits, portez à ébullition et versez dans chaque tasse. Sucrez avec le miel et dégustez chaud.

Conseil Une association riche en vitamine C et épices, idéale pour prévenir la grippe ou s'en remettre...