INFUSION GLACÉE À L'ORTIE ET PLANTES AROMATIQUES X CUISINE SAUVAGE

Ingrédients pour 1 litre

Ingrédient	Quantité
Feuilles d'orties	5
Romarin	1 brin
Mélisse	4 feuilles
Feuilles de sauge	2
Citron Bio	0.50

Préparation

1.	ettre une poignée de feuilles d'ortie et de plantes aromatiques (environ 10 grammes au total) dan	าร
	ne théière.	

2.	Faire bouillir 1L d'eau; verser dans la théière.	

3.	Laisser infuser 5 minutes; filt	rer, laisse	r refroidir.	Dès qu	ıe la	préparation	est tiède,	la placer	au frigo
	Servir frais.								