

PAR LAURENCE GROSJEAN, DIÉTÉTICIENNE

EAU AU MELON, GROSEILLES ET ROMARIN

Ingredients (Pour 4 personnes)

1 litre d'eau
1 melon
200 g de groseilles rouges
1 citron
5 tiges de romarin
15 feuilles de sauge

Préparation:

Couper le melon en fines tranches, enlever l'écorce et les pépins.

Couper le citron en fines tranches. Rincer les grappes de groseilles rouges.

Placer les fruits préparés dans le bocal, y ajouter le romarin et la sauge. Ajouter l'eau.

Laisser reposer pendant une nuit au réfrigérateur. Boire frais.

