

Sirop de canneberge et lime



Impressionnez vos invités en quelques étapes simples. Ce sirop de canneberge peut s'utiliser dans une variété de cocktails, mais voici une version sans alcool qui saura épater la galerie avec ses notes astringentes et acidulées, sans toutefois laisser un arrière-goût amer. Cette boisson faible en sucre saura plaire aux petits et grands.

Préparation 10 min

Cuisson 120 min

Portions 10

Nutrition Facts (per serving)

Calories 30

Lipides 0

Glucides 9

Fibres 1

Protéines 0

Sodium 0

Ingrédients

- 500 ml (2 tasses) de canneberges, fraîches ou congelées
- 500 ml (2 tasses) d'eau
- 60 ml (¼ tasse) de sirop d'érable
- 2 limes fraîches
- 30 ml (2 c. à table) de thym frais

Préparation

1. Laver les limes et les canneberges. Presser les limes pour récolter leur jus.
2. Ajouter les canneberges, le jus et les pelures de limes, l'eau, le sirop d'érable puis le thym à une casserole et porter le tout à ébullition.
3. Laisser mijoter le sirop 2h à feu doux, brasser de temps à autre.
4. Retirer du feu et laisser reposer jusqu'à température ambiante, retirer les pelures de lime, puis passer au robot mélangeur 1 minute.
5. À l'aide d'un tamis, filtrer pour retirer les débris.
6. Réserver au réfrigérateur.
7. Au moment de préparer les mocktails, mélanger le sirop avec de l'eau pétillante (saveur au choix) puis garnir d'une tranche de lime ou d'herbes fraîches, ajouter de la glace.

Notes

Se conserve 14 jours au réfrigérateur.



Virginie Cloutier

Nutritionniste - Diététiste à Sherbrooke