

Mocktail Margarita au kombucha



Les boissons non alcoolisées ne doivent pas être ennuyeuses ! Essayez ce mocktail bon pour la santé, faible en sucre et riche en saveur, tout en étant rempli de probiotiques bénéfiques pour l'intestin.

Préparation 5 min
Cuisson 5 min
Portions 2
Nutrition Facts (per serving)
Calories 30
Lipides 0
Glucides 8
Fibres 0
Protéines 0
Sodium 230

Ingrédients

- 125 ml (½ tasse) d'eau
- 4 branches de romarin
- 500 ml (2 tasses) de kombucha hibiscus et églantier (ex : la marque Rise)
- Le jus d'un lime (ou 15 ml (1 c. à soupe))

- Quarts de lime
- Sel

Préparation

1. Dans une petite casserole, faites bouillir les 4 branches de romarin dans l'eau pendant environ 5 minutes, puis filtrez et réservez. Ajoutez des glaçons pour refroidir.
2. Préparez les verres en faisant un rebord salé avec les quarts de lime.
3. Répartissez uniformément l'infusion de romarin, le kombucha et le jus de lime dans les deux verres.
4. Décorez chaque boisson selon vos goûts et servez immédiatement.

Notes

Peut se réfrigérer 1 semaine, ne peut pas être congelé.



Sophie Idris – Nutritionniste Diététiste à Montréal
Nutritionniste Diététiste à Montréal