

# Infusion de Fruits

---

## Ingrédients

- Fruits de saison
- Miel, sucre
- Herbes aromatiques
- Eau



## Préparation

- Lavez les fruits s'ils sont frais et les herbes aromatiques.
- Découpez les fruits en quartiers, *sauf si ce sont de petits fruits type framboises (les garder entier)*.
- Ajoutez les fruits et les herbes aromatiques dans 1L d'eau.
- Si vous le désirez, ajoutez du miel ou du sucre et bien mélanger.
- Laissez infuser au frigo quelques heures.
- Dégustez l'infusion bien fraîche avec ou sans les fruits.



Quelques idées de recettes :

- Orange, Pamplemousse, pomme, menthe
- Ananas, citron vert, gingembre, coriandre
- Orange, fraise, verveine
- Pomme, menthe, cannelle
- Fraise, citron vert, basilic
- Concombre, citron, menthe
- Abricot, lavande Fraise/framboise, menthe
- Melon, groseilles, citron, romarin
- Pêche, thym
- Concombre, grenade
- Pamplemousse, romarin