

Sirop de fruits rouges

plaisir à savourer de temps à autre

Ingrédients pour 1L

- 1L d'eau plate
- 1kg de fruits rouges au choix
- 300 à 400g de sucre non raffiné type rapadura
- Option : du gingembre, jus de citron...

Préparation 10 minutes / Infusion 3h à toute une nuit

- Mixer les fruits puis passer au chinois le coulis obtenu pour ôter les pépins.
- Verser le coulis dans une casserole et porter le doucement à ébullition
- Laisser frémir 5 minutes
- Éteindre le feu et laisser fermenter 24heures à température ambiante
- Le lendemain mélanger le sucre et l'eau dans une casserole
- Porter doucement à ébullition et ajouter le coulis de fruits
- Mélanger et attendre les premiers bouillons
- Laisser frémir 5 minutes et retirer du feu
- Filtrer le sirop et le verser dans une bouteille en verre
- Stériliser la bouteille si vous ne gardez pas le sirop au réfrigérateur.
- Cependant conserver au frais après ouverture

Accompagnement

- Vous pouvez préparer cette boisson pour une journée d'été

Diétôdélices