

Thé glacé

plaisir à savourer quotidiennement

Ingrédients pour 11 personne

- 1L d'eau
- Thés ou Rooibos :
- Options: Menthe, gingembre, sirop agave, sucre non raffiné, fruits, agrumes...

Préparation 10 minutes / Infusion 1 à 3 heures

- Verser 1 litre d'eau froide dans une casserole ou un saladier
- Ajouter le thé et remuer
- Dosage du thé et temps d'infusion :
 - Thés verts (nature ou aromatisés): 1 cuillère à soupe de thé infusé pendant 1 heure
 - Thés noirs / thé wulong: 2 cuillères à soupe de thé infusé pendant 2 heures
 - Thés blancs : 2 à 3 cuillères à soupe de thé infusé pendant 3 heures
 - Rooibos : 2 cuillères à soupe de Rooibos infusé 3 heures
 - Infusions : 2 cuillères à soupe d'infusion infusée pendant 2 heures
 - Thés en sachets : 2 à 3 sachets
- Une fois le temps d'infusion écoulée, passer la boisson dans un chinois ou une petite passoire
- Ajouter les options si vous le souhaitez
- Verser dans une bouteille en verre, fermer et mettre au frais
- Consommer dans les 24 heures au

Accompagnement

- Une infusion à froid permet d'éviter un goût amer lorsque le thé refroidit.
- Cette boisson peut être consommée quotidiennement si vous n'ajoutez pas de sucre.
- De nombreuses variantes sont possibles amusez-vous !

Diétôdélices