

Thé froid maison

Comme tout le monde, je suis sûre que vous pensez qu'un thé froid commence naturellement par une infusion à chaud ?

Eh bien c'est une erreur!

Infuser son thé froid à froid, le rendra encore meilleur, et lui permettra ainsi de conserver bien plus de vitamines, qui sont détruites en grande partie avec l'eau chaude. Cela évite par la même occasion les tout petits dépôts sombres au fond de votre tasse (le tanin) qui peut rendre votre thé amer.

Il vous suffit donc de faire infuser 5 à 6 cuillères à thé de votre thé préféré, dans 1 litre d'eau froide.

2. Laisser le ensuite infuser tout tranquillement à température ambiante entre 1 et 4h. maximum, selon votre convenance.

3. Une fois infusé, vous pouvez le sucrer légèrement avec un peu de sucre ou de miel et le mettre au frais avant de le déguster.

Ce thé se conserve 24h au réfrigérateur.

IDÉE +
N'hésitez pas à ajouter des agrumes ou quelques morceaux de fruits de saison pendant l'infusion

www.autourduthe.ch

