

# L INFUSION GLACÉE DE MARTHA STEWART, POUR LES PICNICS ET SOIRÉES D'ÉTÉ

## La Recette

<https://cuisinedaubery.com/recipe/infusion-glancee-martha-stewart/>

Une infusion glacée de Martha Stewart, pour une boisson détox rafraichissante

Chef : Martha Stewart

Temps de préparation : 10 Minutes

Difficulté : Niveau Facile

Cuisine : Cuisine Américaine

Plats : Boisson Fraiche, Boisson,

## Ingrédients

\*Matos

Une Fontaine Distributeur de Boisson en Verre avec Robinet et reservoir à glaçons

Des glaçons pour le reservoir à glaçons

\*Liquide

de l'Eau à hauteur

3 Oranges

3 Citrons

3 Citrons Verts

\*Fruits

2 Oranges Pour le jus

2 Citrons Pour le jus

2 Citrons Verts Pour le jus

1 Bouquet de Menthe

## Instructions

### Le Matos

1. Pour le matériel, j'utilise une fontaine, type "Fontaine à Boisson"
2. Pour acheter en ligne, c'est ICI
3. Pour la réalisation, c'est un jeu d'enfant !
4. Le liquide : Presser les Oranges (3), les Citrons (3), les Citrons Verts (3) et remplir d'Eau à

## L INFUSION GLACÉE DE MARTHA STEWART, POUR LES PICNICS ET SOIRÉES D'ÉTÉ

hauteur

5. On ajoute des tranches de fruits afin de colorer mais aussi d'annoncer le contenu de l'infusion !

6. Agrumes et Bouquet de Menthe : Découper des tranches avec les Oranges (2), les Citrons (2), les Citrons Verts (2) qu'on ajoute au liquide, puis on ajoute le Bouquet de Menthe (1), et remuer

### **Important**

**IMPORTANT !** Prenez des fruits biologiques, car le but avec cette infusion, c'est la détox, et pas la consommation de pesticides !

Prenez des fruits BIO, et lavez-les bien à l'eau avant de les ajouter.

De même, préférez de l'eau filtrée plutôt que de l'eau du robinet

7. Si votre fontaine possède un réservoir à glaçons, c'est le meilleur moyen de garder l'infusion fraîche : remplir le réservoir de glaçons

8. Verser les glaçons dans la fontaine : les glaçons ne seront pas en contact direct avec le liquide, sinon ils se dilueraient dans l'infusion (et lui donnerait par ailleurs un mauvais goût de glaçons), ce qu'on cherche à éviter !

9. Refermer

10. Après 30 minutes, les fruits ont commencé à infuser leurs vitamines, nutriments et leurs saveurs ... l'infusion est prête

11. Éviter le soleil direct afin de conserver une bonne température fraîche