

Friandises glacées au thé



GINGEMBRE ET LIME - 4 portions

Ingrédients :

- 3 cuillères à thé de thé au gingembre
- 2 tasses d'eau bouillante
- Le jus d'une lime
- 2 cuillères à thé de miel
- 1 cuillère à thé de sirop fruit de la passion
- 2 édulcorants (Stevia)
- 1/2 lime (tranchée finement)

Étapes :

1. Faire bouillir l'eau
2. Faire infuser le thé dans l'eau bouillante pendant 6 minutes en utilisant l'infuseur Tealish.
3. Verser le thé dans la tasse à mesurer Think Kitchen. Ajouter le jus d'une lime en utilisant le presseur à citron et lime, ajouter le miel, le sirop au fruit de la passion, les édulcorants et les tranches de lime tranchées finement.
4. Mélanger et laisser refroidir pendant environ 5 minutes.

5. Remplir le moule à friandise glacée Lolly Popsicle avec du thé et une tranche de lime.
6. Congeler pendant au moins 2 heures et déguster !

FRAISE À LA MENTHE - 4 portions

Ingrédients :

- 3 cuillères à thé de thé à la menthe
- 2 tasses d'eau bouillante - 3-4 grosses fraises (mêlées)
- 2 fraises (tranchées)
- 4 feuilles de menthe
- 3 édulcorants (Stevia)

Étapes :

1. Faire bouillir l'eau
2. Mêler les fraises
3. Faire infuser le thé dans l'eau bouillante pendant environ 6 minutes en utilisant l'infuseur Tealish.
4. Verser le thé dans la tasse à mesurer Think Kitchen. Ajouter les fraises mêlées et les édulcorants.
5. Mêler et laisser refroidir pendant environ 5 minutes.
6. Remplir le moule à friandise glacée Lolly Popsicle avec du thé, quelques tranches de fraises et une feuille de menthe.
7. Congeler pendant au moins 2 heures et déguster !

PÊCHE VERTE - 4 portions

Ingrédients :

- 2 sachets de thé vert
- 2 tasses d'eau bouillante
- 1 tasse de pêches congelées hachées
- 2 cuillères à thé de sirop d'érable pur
- 2 édulcorants (Stevia)

Étapes :

1. Faire bouillir l'eau
2. Trancher les pêches
3. Faire infuser le thé dans l'eau bouillante pendant environ 6 minutes en utilisant l'infuseur Tealish.
4. Verser le thé dans la tasse à mesurer Think Kitchen. Ajouter le sirop d'érable et les édulcorants.
5. Mêler et laisser refroidir pendant environ 5 minutes

6. Remplir le moule à friandise glacée Lolly Popsicle avec du thé et quelques tranches de pêches.
7. Congeler pendant au moins 2 heures et déguster !

Note: Avec le surplus de jus, je fais des glaçons que je déguste ensuite dans un verre d'eau Perrier ou dans une sangria durant les semaines suivantes !