

Les eaux épicées

RÉGLISSE ET GINGEMBRE

Pelez 1 morceau de 2 cm de gingembre frais et coupez-le en tranches. Placez un bâton de réglisse et le gingembre dans un pichet ou un bocal fermant hermétiquement. Remplissez avec 1,25 à 1,5 litre d'eau filtrée et mélangez doucement. Laissez infuser 1 h minimum au réfrigérateur.

PIMENT, CITRON, MIEL ET FLEUR DE SEL

Émincez 1 petit piment frais (retirez les graines) ou utilisez 2 pincées de piment séché en filaments par exemple. Placez le piment dans un pichet ou un bocal fermant hermétiquement, ajoutez 3 à 4 tranches de citron bio, 2 pincées de fleur de sel et 1 c. à soupe de miel liquide. Remplissez avec 1,25 à 1,5 litre d'eau filtrée et laissez infuser 1 h minimum au réfrigérateur.

CITRONNELLE, CARDAMOME, ANIS ET GIROFLE

Retirez les premières feuilles de 2 bâtons de citronnelle. Coupez la citronnelle en deux dans la longueur. Concassez légèrement 1 gousse de cardamome. Placez la citronnelle, la cardamome, 1 étoile d'anis et 1 clou de girofle dans un pichet ou un bocal fermant hermétiquement, remplissez avec 1,25 à 1,5 litre d'eau filtrée et laissez infuser 1 h minimum au réfrigérateur. Filtrez au moment de servir.

Citronnelle,
cardamome, anis
et girofle

Piment, citron,
miel et fleur de sel

Réglisse et
gingembre