



Framboise.  
citron et menthe

Pastèque  
et romarin

Fraise  
et basilic

## Les eaux fruitées

### FRAMBOISE, CITRON ET MENTHE

Placez une dizaine de framboises bio fraîches, 3 tranches fines de citron bio et 2 brins de menthe dans un pichet ou un bocal fermant hermétiquement. Remplissez avec 1,25 à 1,5 litre d'eau filtrée, mélangez doucement puis laissez infuser au réfrigérateur de 15 min à 24 h.

### PASTÈQUE ET ROMARIN

Placez 150 g de pastèque découpée en cubes et 1 belle branche de romarin dans un pichet ou un bocal fermant hermétiquement. Remplissez avec 1,25 à 1,5 litre d'eau filtrée, mélangez doucement puis laissez infuser au réfrigérateur de 15 min à 24 h.

### FRAISE ET BASILIC

Placez 150 g de fraises mûres et parfumées, préalablement équeutées et coupées en deux, dans un pichet ou un bocal fermant hermétiquement. Ajoutez 2 brins de basilic et recouvrez de 1,25 à 1,5 litre d'eau filtrée. Mélangez doucement puis faites infuser au réfrigérateur de 15 min à 24 h. Vous pouvez remplir le pichet ou le bocal d'eau au fur et à mesure.