Céleri,
concombre,
fenouil et persil

Basilic, verveine
et sarriette

Thym, romarin,
sarriette et citron

Les eaux détox (suite)

THYM, ROMARIN, SARRIETTE ET CITRON
Placez 2 brins de thym, 1 branche de romarin, 3 brins de sarriette et 3 rondelles de citron bio 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.

BASILIC, VERVEINE ET SARRIETTE
Placez les feuilles légèrement froissées de 2 branches de basilic, 8 feuilles légèrement froissées de verveine fraîche et 2 brins de sarriette dans un pichet ou un bocal fermant hermétiquement. Remplissez avec 1,25 à 1,5 litre d'eau filtrée et laissez infuser au réfrigérateur pendant 1 h minimum.

CÉLERI, CONCOMBRE, FENOUIL ET PERSIL
Coupez 1/2 branche de céleri en tronçons. Émincez finement le quart d'un petit fenouil. Placez le céleri, 8 tranches de concombre, le fenouil et les feuilles de 2 brins de persil légèrement froissées dans un pichet ou un bocal fermant hermétiquement. Remplissez avec 1,25 à 1,5 litre d'eau filtrée et laissez infuser au réfrigérateur 1 h minimum.