

Infusion cannelle et girofle

Bien être / boisson

Par Qookster



Détail de la recette



Difficulté
Facile



Couverts
4



Prix
\$



Préparation
10min



Cuisson
10min

#Healthy

Adieu, Voila une infusion épicée parfaite pour te requinquer en cas de coup de froid ou de baisse de moral! Avec de la cannelle, de la girofle et di miel, cette tisane coup de fouet est parfaite pour rester en top santé!

Liste des ingrédients

Ingrédients	4 cs. de miel
4 bâtons de cannelle	4 grains de poivre noir
8 clous de girofle	1l. d'eau

Étapes de préparation

1

Porte l'eau à ébullition dans une grande casserole, ajoute les épices et laisse bouillir 2 minutes.



2

Sors du feu et couvre puis laisse mariner environ 20 minutes.



3

Filtre le mélange et fais réchauffer à feu doux avec le miel.



4

Sers dans des grands verres et bois bien chaud! Santé!

