

Limonade au concombre, à la fraise et à la menthe des champs

Portions : 4 Préparation : 1 h

Préparée avec de la menthe des champs, une espèce indigène trouvée à la grandeur du pays (dans la nature et en épicerie), cette limonade rafraîchissante est tout indiquée pour une journée chaude d'été.

Peut être réfrigérée jusqu'à 3 jours.

Ingrédients

- 170 ml de sucre granulé
- 750 ml à 1 litre d'eau
- 125 ml de feuilles de menthe des champs fraîches
- 3 à 4 tranches de concombre
- 250 ml de jus de citron (env. 5 à 6 citrons)
- 375 ml de fraises fraîches



Préparation

- 1.** Verser le sucre et déposer quelques feuilles de menthe dans 250 ml d'eau bouillante. Laisser infuser une vingtaine de minutes.
- 2.** À l'aide d'un mélangeur ou d'un robot culinaire, mélanger l'infusion (devenue tiède), les fraises et le reste de la menthe.
- 3.** Ajouter le jus de citron et le reste de l'eau. Bien mélanger.
- 4.** Réfrigérer de 30 à 60 minutes. Servir avec de la glace. Décorer chaque verre d'une tranche de citron, de feuilles de menthe et de morceaux de fraises.