



Thé Silhouette glacé

Phase : **d'Attaque, Active, Stabilisation**

Par portion | Apports de référence %

Énergie

0 kcal

Difficulté : ★★★★★

Coût : ★★★★★

Catégorie
Boisson

Prêt en
5 min (+ infusion +ou- 3h)

Cuisson
0 min

Ingrédients

Pour 1,5 litres de boisson

- 8 sachets de thé Silhouette dietplus
- le jus d'1 gros lime
- 8 cm de gingembre pelé et coupé en rondelles
- 10 branches de menthe fraîche

Préparation

1. Dans 1.5 litres d'eau tempérée, infuser 8 sachets de thé Silhouette pendant 1 heure.
2. Ajouter le jus de citron, le gingembre et les branches de menthe.
3. Laisser infuser quelques heures au frigo. Santé !