



## Thé d'hiver au rooibos



### INGRÉDIENTS

#### Pour 4 personnes

- 1 litre d'eau
- 2 sachets de thé au rooibos
- 1 pomme
- 1 orange
- 1 petite pointe de gingembre
- 1 bâton de cannelle
- 1 c. à s. d'édulcorant à base de tagatose (à la place de 2 c. à s. de sucre cristallisé)
- 1 fleur d'anis étoilé
- ½ c. à c. d'extrait de vanille ou la moitié d'une gousse de vanille

### PRÉPARATION

1. Prendre un poêlon et y mettre le litre d'eau.
2. Laver la pomme, le gingembre et l'orange et les couper en fines tranches (laisser la peau).
3. Mettre les morceaux de pomme, de gingembre et d'orange ainsi que les deux sachets de thé dans l'eau. Ajouter le bâtonnet de cannelle, l'anis étoilé et l'édulcorant à base de tagatose et porter lentement à ébullition.
4. Faire bouillir 5 minutes et retirer les sachets de thé. Laisser cuire doucement les autres ingrédients encore 10 à 15 minutes.
5. Retirer ensuite le poêlon du feu et ajouter la vanille. Bien mélanger.
6. Passer au chinois avant de répartir dans les verres.
7. Utiliser un bâtonnet de cannelle comme touillette et ajouter éventuellement quelques fines tranches de pomme pour décorer les verres.



\* par rapport à une version sucrée

RETROUVEZ TOUTES LES INFORMATIONS VALIDÉES SUR LES ÉDULCORANTS EN LIGNE:

www. **EDULCORANTS** .eu