








TISANE DE NOËL

Pour profiter au maximum des arômes de cette tisane, il est préférable de faire le mélange des plantes et épices au moins 10 jours avant. L'idéal est de la préparer dès début décembre.



Ingrédients :


- 
- 60 g de fleurs d'hibiscus rouge séchées
 - 1 orange fraîche BIO
 - 1 cuillère à café de graines d'anis
 - 20 g d'anis étoilé (badiane)
 - 2 bâtonnets de cannelle
 - 10 gousses de cardamome
 - 6 clous de girofle
 - 1 bocal de 1 litre style "Le Parfait"
- 



Réunissez tous les ingrédients :

1. Retirez l'écorce de l'orange avec un économe et la faire sécher au four durant 15 mn à 100°.
2. Une fois sèche, la couper en petits morceaux.
3. Mélanger avec tous les ingrédients (sauf la fleur d'hibiscus) et broyer grossièrement avec un mortier.
4. Rajouter les fleurs d'hibiscus et bien mélanger.
5. Mettre dans le bocal et réserver durant minimum 10 jours.

A savourer sans modération pour Noël



Les fleurs d'hibiscus donneront une belle couleur rose et une saveur acidulée, mêlée aux arômes des épices de Noël.

Par Isabelle Lacourthiade "Paysanne Herboriste"

