

Virgin mojito



5 minutes



100/litre



Pour 1 litre



Hydratant
Antioxydant

Ingrédients



900 ml d'eau gazeuse



2 càs de miel



2 càs de graines de chia



Le jus d'un citron



10 feuilles de menthe



L'équivalent de 2 càc de gingembre

Étapes

Mélanger tous les ingrédients dans un pichet ou une bouteille

Attendre 10 minutes environ pour que les graines de chia gonflent

Astuce : Boire très frais !