

RECETTE DU SIROP DE MENTHE

Matériel :

Cuiseur solaire
Marmite
Paire de ciseaux
Passoire
Entonnoir
Bouteille en verre
Louche

Ingrédients :

Menthe fraîche
Sucre roux
Eau

- 1 - Allez récolter de la menthe
- 2 - Mettre à chauffer 1 litre d'eau dans la marmite sur le cuiseur
- 3- Quand l'eau est frémissante, mettre les brins de menthe dans l'eau
- 4 - Faire une décoction pendant 15 - 20 minutes
- 5 - Retirez la marmite du cuiseur
- 6 - Enlever la menthe à l'aide de la passoire
- 7 - Ajoutez 500 g de sucre, mélanger
- 8 - Remettre la marmite sur le cuiseur et mélangez pendant 5 minutes et refaire bouillir 5 minutes
- 9 - Retirez du cuiseur et laissez tiédir la préparation
- 10 - A l'aide de l'entonnoir remplir la bouteille

Sirop à conserver au réfrigérateur et à consommer rapidement (48h)