



Recette 2

Jus de bissap

Temps de préparation : 10-15 min

Ingrédients:

- 7-8 Fleurs d'hibiscus
- 1 rhizome de gingembre
- $\frac{1}{2}$ bouquet de menthe fraîche
- 2 oranges
- 1 gousse de vanille

Pour faire 1,5 L de jus de bissap 100% naturel, nous recommandons de faire infuser les fleurs d'hibiscus avec la menthe fraîche et le rhizome de gingembre frais, avec le jus de 2 oranges , et la demi-gousse de vanille.

Mélangez bien et laissez infuser 10-20 min.

(Plus vous laissez infuser et plus le liquide sera rouge et intense en goût.)

Vous pouvez ensuite utiliser une passoire et un entonnoir pour filtrer la préparation dans une bouteille.

Mettre au frigo au moins 5h, idéalement 10h et servir frais :)

A consommer dans les 2-3 jours.

N. B. La menthe et le gingembre frais peuvent être remplacés par de la menthe et du gingembre séchés ou en poudre.

La gousse de vanille peut être remplacée par un sachet de sucre vanillé, mais nous préférons recommander des recettes 100% naturelles.

MAFONGO HUMANITY

97 ROUTE DE MANTES

78150 LE CHESNAY

(33) 01 39 43 05 59

mafongo.humanity@gmail.com

www.mafongohumanity.org