



Recette 4

Jus de bissap

Temps de préparation : 10-15 min

Ingrédients:

- 7-8 Fleurs d'hibiscus
- 1 rhizome de gingembre
- $\frac{1}{2}$ ananas
- 1 citron vert

Pour faire 1,5 L de jus de bissap 100% naturel, nous recommandons de faire infuser les fleurs d'hibiscus et le rhizome de gingembre frais, avec le jus d'un $\frac{1}{2}$ ananas, et du citron vert. 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. Le gingembre frais peut être remplacé par du gingembre séché ou en poudre.

MAFONGO HUMANITY

97 ROUTE DE MANTES
78150 LE CHESNAY
(33) 01 39 43 05 59

mafongo.humanity@gmail.com
www.mafongohumanity.org