

Jus de Gingembre

Régulièrement avec mes collègues, le midi nous allons déjeuner au « **P.A.L.** ». Restaurant de poulets rôtis où l'on trouve du jus de gingembre maison. Boisson rafraîchissante et vivifiante, j'avais envie d'en faire à la maison. Du coup, voilà ma recette.

Pour 1L de jus de gingembre : un gros morceau de gingembre frais bio (x2 gros pouces) – 1/2 CUP de cassonade bio – 1L d'eau minérale fraîche.

Commencez par éplucher votre morceau de gingembre. Coupez-le en morceaux grossiers.

Placez le gingembre, la cassonade et l'eau dans un blender.

Mixez pendant plusieurs minutes afin que le jus soit le plus lisse possible.

Goûtez, et rectifiez la teneur en sucre. Personnellement je l'aime pas trop sucré.

Le gingembre étant filandreux, n'hésitez pas à filtrer votre boisson avant de servir.

Placez au frais 2h avant de servir.

Vous allez danser toute la journée avec ce jus de gingembre :p