



**La Région**  
Auvergne-Rhône-Alpes

# E A U

AROMATISÉE AUX

# FRUITS ET

# LÉGUMES

Les produits d'Auvergne-Rhône-Alpes

**nous régalent !**





## EAU AROMATISÉE AUX FRUITS ET LÉGUMES

Proposée par l'Interprofession des fruits et légumes frais



**POUR 1 LITRE  
D'EAU**



**10 MIN.**



**Zz<sup>z</sup> 12H**

### INGRÉDIENTS

- 1/2 concombre
- 15 fraises
- 1 kiwi
- 1/2 citron jaune
- 1 citron vert
- 1 cm de gingembre frais
- 1 branche de menthe fraîche

Lavez et séchez les fruits et légumes.

Équeutez les fraises et taillez-les en petits quartiers. Taillez le concombre en tranches. Pelez et coupez le kiwi en petits morceaux. Effeuillez et froissez la menthe. Coupez le citron vert en fines tranches et pressez le citron jaune. Pelez et taillez le gingembre en fines tranches.

Placez tous ces éléments dans une bouteille (à goulot large) et remplissez d'eau fraîche. Refermez.

Placez la bouteille au réfrigérateur pour une nuit.

Servez très frais.