

Sirop de menthe fraiche

La Fournaise aux fourneaux
fournaiseufour.canalblog.com

Recette n° 4 de Roro26, L'Artiste

Une recette inventée par ma nièce Roro car la menthe envahissait son jardinet.

« J'avais trop de menthe, j'aime le sirop maison alors j'ai décidé de tenter ce sirop très vert ».

Ingrédients (pour 1 L de sirop) :

- * 1 L d'eau
- * 70g de feuilles de menthe
- * 7g de feuille de verveine (facultatif)
- * 220g de sucre en poudre



Préparation :

Laver les feuilles de menthe et de verveine.

Dans une casserole, mettre l'eau, 200g de sucre et les feuilles lavées entières. Faire chauffer à feu vif jusqu'à ce que les feuilles soient comptées et le liquide vert (de 5 à 10 minutes).

A ce moment-là, mettre à feu doux, ajouter le reste du sucre. Mélanger.

Porter à ébullition (environ 5 minutes) puis arrêter le feu.

Laisser infuser les feuilles dedans jusqu'à ce que le mélange soit refroidit.

Filtrer et embouteiller.

Déguster avec de l'eau fraiche, de la limonade ou pour faire de la glace à la menthe.

Attention à conserver au frigo !!

Astuces :

On peut faire ce sirop nature sans la verveine.

Je vais tenter de remplacer la menthe par de la lavande, des roses, du lilas ou par des fruits...

Je mets quelques gouttes de colorant bleu pour accentuer la couleur.