

# EAU DE CANNEBERGES

## Ingrédients

---

- 4 tasses d'eau
- 1 tasse de canneberges fraîches
- 3 c. à table de jus de lime
- 2 c. à table de miel fondu

## Préparation

---

- 1 Mettre les canneberges et l'eau dans un mélangeur environ 30 secondes. Passer au tamis.
- 2 Ajouter dans le liquide, le jus de lime et le miel. Verser dans 2 verres.

## Notes

---

**On peut utiliser des canneberges congelées,** On doit les laisser dégelées et conserver le jus. Ajouter le reste en eau pour faire 4 tasses.



”

Un breuvage parfait pour le temps des fêtes.

Avec les rencontres, party, excès de table, la canneberge vient à notre rescousse en aidant notre foie et notre système immunitaire.