



Ingrédients pour 2 pers. :

50 cl d'eau
6 feuilles de sauge
2 rondelles de gingembre
frais pelé
Le zeste d'1/2 orange bio

1. Écrasez légèrement le gingembre dans un mortier ou avec le dos d'une cuillère.
2. Râpez le zeste de l'orange (pour ma part je n'utilise plus qu'une **Microplane**).
3. Mettez le gingembre, la sauge et le zeste de l'orange dans une casserole avec l'eau. Amenez juste à ébullition puis baissez le feu pour réduire à un léger frémissement pendant 2 à 3 minutes.
4. Arrêtez le feu et laissez infuser pendant 7 mn.
5. Filtrez et servez chaud.



Pour bien conserver la sauge, et toutes les herbes aromatiques en général, rincez-la à l'eau claire et emballez-la dans une feuille de papier absorbant. Mettez-la dans une boîte hermétique au réfrigérateur, elle se conservera +/- une semaine.

