

JUS DE FRUITS CHAUD

INGRÉDIENTS :

2 L de jus de fruits soit frais sans pulpe, soit de bonne qualité, sans pulpe.	(Jus de pomme, clémentine et orange, orange) 100 % jus de fruits.
Badiane ou anis étoilé 2 fruits	
1 à 2 Bâton(s) de cannelle selon la taille	
Cardamone 3 cosses à ouvrir et sortir les graines qui sont à l'intérieur	
Épices pain d'épices	Si on n'en a pas, mélange : cannelle, gingembre, clou de girofle, macis
Sucre éventuellement.	
1 pomme, 1 orange, 1 clémentine.	

MÉTHODE :

Dans une casserole, mettre le jus de fruits, la pomme épluchée, épépinée coupée en 4, l'orange et la clémentine épluchées détaillées en quartier, les graines de cardamone, l'anis étoilé, le bâton de cannelle.

Faire chauffer jusqu'à ébullition.

Faire infuser au moins 1/2 heure, quand le mélange est encore chaud mais pas bouillant, ajouter les épices. Si le mélange est trop amer, ou trop acide, on peut mettre un peu de sucre.

Faire infuser au moins 4 heures, on peut le réchauffer, dans un autocuiseur, dès que c'est chaud, on ferme, et on laisse bien infuser.

À votre santé !