Soupe vanille-fraise

22/12/2015 à 14h08

Par Cathy Selena

Temps de préparation : 20 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 1 barquette de fraises
- 1 gousse de vanille
- 1 citron
- 40 gr de fleurs séchées de bruyère

Préparation :

- Lavez, équeutez les fraises et coupez-les en morceaux.
- Faites infuser les fleurs de bruyère dans 1 litre d'eau à température d'ébullition, durant 10 minutes.
- Pressez le citron.
- Fendez la gousse de vanille dans le sens de la longueur et récoltez les graines à l'aide d'un couteau. Si vous n'avez pas la patience, vous pouvez utiliser du caviar de vanille.
- Mixez les fruits avec les graines de vanille, le jus de citron et 50 cl d'infusion de bruyère. C'est prêt

L'astuce du chef :

Buvez votre infusion de bruyère entre les repas pour drainer l'organisme. Vous trouverez les fleurs de bruyère en pharmacie ou dans les boutiques bio