Soupe jambes légères

30/11/-1 à 00h00

Par Cathy Selena

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 10 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 50 gr de radis noir
- 150 gr de céleri en branches
- 2 oranges
- 50 gr de feuilles de vigne rouge

Préparation :

- Lavez puis pelez le radis noir.
- Epluchez, rincez et coupez les branches de céleri en tronçons.
- Faites infuser durant 10 minutes les feuilles de vigne rouge, dans un litre d'eau à température d'ébullition.
- Mixez le radis, le céleri avec le jus des oranges et 50 cl d'infusion de vigne rouge. C'est prêt !

L'astuce du chef :

Pour accentuer l'effet drainant de la soupe, buvez votre infusion de vigne rouge entre les repas.