

TÉ FRÍO DE HIBISCO

INGREDIENTES

1 Litro de Agua de calidad
2 cucharadas de Hibisco (flor seca)
1/2 cucharadita de hoja de Stevia

Opcional

2 cucharaditas de hoja de Menta / pétalos de Rosa
Zummo de Limón recién exprimido

PROCEDIMIENTO

1. Pon el Agua en una jarra grande de cristal y añade el Hibisco, la Stevia y la Menta o pétalos de Rosa (si los utilizas).
2. Tapa y deja en infusión en frío durante unas 6 horas a temperatura ambiente, o bien toda la noche en la nevera.
3. Sirve bien fresquito y disfruta de su ligero sabor ácido y su efecto refrescante. Si quieres, puedes añadir un poco de zumo de Limón.