



Bubble tea : thé vert fraise

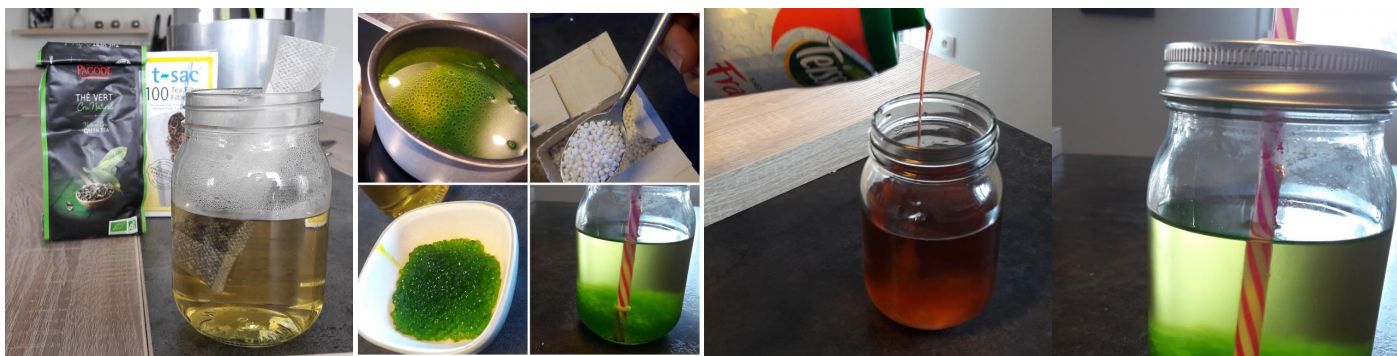
Audrey57



Le bubble tea? C'est quoi ca?!

C'est une boisson à base de thé froid, de sirop, du colorant alimentaire, des perles du Japon et de lait si vous le souhaitez. Les perles du japon sont une sorte de grosses graines de tapioca.

A vous de voir comment vous souhaitez consommer votre bubble tea. Avec peu ou pas de sucre et sans lait c'est une boisson idéale lorsque vous surveillez votre ligne. En effet les perles du japon vous apportent des protéines et apaisent les petites faims. Avec du sirop et du lait elle sera plus gourmande et vous ravira lors d'une pause gouter!^^



Faites infuser votre thé. Ici j'ai choisi du thé vert cru naturel de chez "Thé de la pagode". Plongez dans de l'eau frémissante une pointe de couteau de colorant alimentaire (vous trouverez votre bonheur dans notre rayon spécialisé) et 4 cuillères à soupe de perles du japon durant 20 à 30 min puis les égoutter et laisser refroidir. Pendant ce temps, versez une dose de sirop de votre choix. Je vous conseille un de nos délicieux sirops Monin en vente en magasin. Pour finir, ajouter les perles refroidies et un peu de lait si vous le souhaitez. Vous pouvez déguster. Idéalement cette boisson se consomme à l'aide d'une grosse paille pour que les perles puissent facilement passer.

Avec cette recette vous allez faire fureur à Halloween !!!

Pour dénicher les dernières idées et rencontrer les passionnés, rendez
vous sur zodiosphere.fr