



## **SIROP DE MENTHE POUR GOÛTERS ENSOLEILLÉS**

Recette de Michèle Guingant, jardinière à Saint-Jean-de-Marsacq (Landes), qui dispose de deux potagers, un de 120 m<sup>2</sup> et un de 200 m<sup>2</sup>. « Ce sirop se réalise avec soixante belles feuilles de menthe. Il se garde au réfrigérateur et s'utilise dilué comme n'importe quel sirop du commerce, mais... il est bien meilleur ! »

### **INGRÉDIENTS**

- . 60 feuilles de menthe**
- . 1 litre d'eau non chlorée**
- . 700g de sucre de canne**

- Lavez, séchez, broyez les feuilles de menthe et mettez-les dans un grand bocal en verre.
- Versez l'eau bouillante dessus, laissez infuser jusqu'à complet refroidissement, puis filtrez.
- Versez cette infusion dans une casserole avec le sucre, amenez à ébullition et retirez du feu au bout de 3 à 4 minutes.
- Laissez refroidir et mettez en bouteille.