



**PROPOSÉE  
PAR LAURIE**

*Recette au top !*

# **LE LUPIN CONCOMBRE MENTHE & CITRON**





*Ma recette préférée  
pour les journées ensoleillées*

## LE LUPIN CONCOMBRE MENTHE & CITRON



### TU AURAS BESOIN DE :

100mL de lupin moulu, 3 rondelles de concombre  
2 à 3 feuilles de menthe, du jus de citron,  
1 cuil.à café de sirop d'agave, de la glace pillée.



### J'ETE GUIDE :

- 1• infuse le lupin Lobodis dans ta cafetière  
à piston, puis réserve le au frais
- 2• tranche puis mixe tes 3 rondelles de concombre
- 3• verse quelques gouttes de citron dans ta tasse
- 4• ajoute le concombre mixé et la glace pillée
- 5• arrose avec le sirop d'agave.
- 6• cisèle les feuilles de menthe et ajoute-les  
à ton mélange
- 7• verse ton lupin infusé sur la préparation
- 8• tu n'as plus qu'à te régaler !



**Tu préfères une explication  
en vidéo ? C'est par ici...**



[www.latribudeskawas.fr](http://www.latribudeskawas.fr) |  [@latribudeskawas](https://www.instagram.com/latribudeskawas)

LA TRIBU DES KAWAS • 35470 BAIN DE BRETAGNE