



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.



JETE 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 |  @latribudeskawas

LA TRIBU DES KAWAS • 35470 BAIN DE BRETAGNE