

# Boisson péruvienne Quinoa & Pommes



Recette partagée par Yvette, adhérente de VRAC : merci à elle !

## Ingrédients pour 2 litres

- eau : 2L
- 150 g de quinoa 
- 2 pommes
- 2 bâtons de cannelle
- 4 clous de girofle
- miel : 2 à 4 cuillères à soupe 

## Recette:

1. Rincer abondamment la quinoa, couper grossièrement les pommes
2. Dans une marmite, ajouter l'eau, les pommes, le quinoa, la cannelle et les clous de girofles
3. Faire mijoter le mélange pendant 1h30 puis mixer le tout
4. Mettre en carafe puis au frigo
5. Gouter avant de servir : ajouter le miel selon les goûts
6. Servir bien frais, au petit déjeuner ou pour accompagner votre repas !



**4,70€**

Les 2 litres de  
boisson soit  
2.35 / L!



## Bon à savoir :

Au Pérou cette boisson est bue au petit déjeuner , mais aussi en accompagnement du repas. Elle peut être plus épaisse pour le petit déjeuner (dans ce cas mettre plus de quinoa). Les pommes peuvent être remplacées par n'importe quel fruit !

# Boisson péruvienne Quinoa & Pommes



*Recette partagée par Yvette, adhérente de VRAC : merci à elle !*

## Ingrédients pour 2 litres

- eau : 2L
- 150 g de quinoa 
- 2 pommes
- 2 bâtons de cannelle
- 4 clous de girofle
- miel : 2 à 4 cuillères à soupe 

## Recette:

1. Rincer abondamment la quinoa, couper grossièrement les pommes
2. Dans une marmite, ajouter l'eau, les pommes, le quinoa, la cannelle et les clous de girofles
3. Faire mijoter le mélange pendant 1h30 puis mixer le tout
4. Mettre en carafe puis au frigo
5. Gouter avant de servir : ajouter le miel selon les goûts
6. Servir bien frais, au petit déjeuner ou pour accompagner votre repas !



**4,70€**

Les 2 litres de  
boisson soit  
2.35 / L!



## Bon à savoir :

Au Pérou cette boisson est bue au petit déjeuner , mais aussi en accompagnement du repas. Elle peut être plus épaisse pour le petit déjeuner (dans ce cas mettre plus de quinoa). Les pommes peuvent être remplacées par n'importe quel fruit !