

## Tonique à la mûre

---

Pour 4 personnes

« Cette recette aux vertus énergisantes est délicatement parfumée et pétillante. »

### Ingrédients

300 g de mûre  
1 litre de limonade  
3 c. à soupe de cassonade  
1 c. à café de cannelle  
1 pincée de poivre  
Quelques glaçons



### Préparation

Lavez les mûres et mixez-les. Passez-les au tamis afin de retirer les pépins. Versez cette purée dans une casserole. Ajoutez la cassonade, la cannelle et le poivre.

Chauffez le mélange jusqu'au moment de l'ébullition. Coupez le feu et laissez infuser.

Déposez 2 ou 3 cuillérées à soupe de mélange dans le fond d'un verre, complétez avec des glaçons et de la limonade.