

Eau détox Boost Mémoire

Riches en vitamines et en antioxydants, la sauge et les myrtilles renforcent la mémoire.



Préparation: 10min

Infusion: 2 à 8h

Pour 3 litres d'eau environ

ingrédients

- 2,5L d'eau
- 200G de myrtille
- 1 branche de sauge fraîche

instructions

- Bien laver les fruits
- Mettre les myrtilles et la branche de sauge dans un pichet
- Couvrir d'eau
- Mettre au frais et laisser infuser 2 heures ou jusqu'au lendemain

