

Fiche Recette : Honeybush Latte Glacé Maison

Présentation

- Le Honeybush est une infusion sud-africaine naturellement douce, sans caféine et riche en antioxydants.
- Cette recette propose une version glacée onctueuse, parfaite pour une pause rafraîchissante et saine.
- Temps de préparation : 5 minutes
- Temps d'infusion : 7 minutes

Ingrédients (pour 1 personne)

- 2 sachets de Honeybush (ou 2 cuillères à soupe de Honeybush en vrac)
- 100 ml d'eau bouillante
- 150 ml de lait de votre choix (lait d'avoine ou d'amande recommandé pour leur onctuosité)
- 1 cuillère à café de miel ou de sirop d'agave
- Une généreuse poignée de glaçons
- Optionnel : une pincée de cannelle ou d'extrait de vanille

Matériel nécessaire

- Une théière ou une grande tasse pour l'infusion
- Un mousser à lait (manuel ou électrique)
- Un grand verre de service
- Une cuillère à mélange

Étapes de préparation

- Faites infuser le Honeybush dans l'eau bouillante pendant 7 minutes pour obtenir une saveur intense.
- Retirez les sachets ou filtrez le vrac, puis incorporez le miel (et la vanille si souhaité) pendant que l'infusion est encore chaude.
- Laissez refroidir l'infusion quelques minutes à température ambiante.
- Remplissez votre grand verre de glaçons jusqu'en haut.
- Versez l'infusion de Honeybush sur les glaçons.
- Faites mousser le lait froid à l'aide du mousser pour obtenir une texture aérienne.

- Versez délicatement le lait moussé sur l'infusion glacée.
- Saupoudrez d'une pincée de cannelle avant de servir immédiatement.

Conseils de chef

- Pour un résultat plus intense, préparez un concentré en utilisant seulement 50 ml d'eau pour 2 sachets.
- Le lait d'avoine est idéal car il complète naturellement les notes boisées et miellées du Honeybush.
- Vous pouvez préparer l'infusion à l'avance et la conserver au réfrigérateur pour un service express.