

# SIROP SIMPLE DE MENTHE



Le sirop de menthe maison trouve son origine dans des pratiques ancestrales liées à la conservation et à l'utilisation médicinale ou culinaire des plantes aromatiques.

---

## Infos

- **Temps de préparation:** 5 mins
  - **Temps de cuisson:** 5 mins
  - **Portions:** 8
- 

## Ingredients

- 1 tasse d'eau
  - 1 tasse de sucre blanc
  - 1 tasse de feuilles de menthe fraîche
- 

## Préparation

### Etape 1

Dans une petite casserole, mélanger l'eau, le sucre et les feuilles de menthe. Porter à ébullition à feu moyen, en remuant jusqu'à ce que le sucre se dissolve. Laisser mijoter pendant 1 minute ; retirer du feu et laisser infuser le sirop pendant environ 30 minutes.

### Etape 2

Verser le sirop dans un bocal en verre stérilisé au travers d'une passoire à mailles pour retirer les feuilles de menthe ; laisser refroidir.