

SPRITZER DE MENTA

Este spritzer no es más que agua mineral, con o sin gas, mezclada con hierbas frescas y una cucharada de jugo de limón recién exprimido. Libre de azúcar, edulcorantes artificiales, aditivos, preservantes o cualquier otro procesamiento.

Es una excelente alternativa para los aperitivos o para disfrutar durante el día.



Ingredientes (2 porciones)

- 1 cdas de jugo de limón recién exprimido
- ¼ taza de hierbas frescas (melisa, hierbabuena, menta o perejil)
- ¼ taza de agua filtrada
- ½ litro de agua mineral, con gas, o soda

Preparación

1. En una licuadora, batir el jugo de limón, agua filtrada (sin gas) y hierbas, hasta que esté bien mezclado.
2. Añadir el agua con gas, revolver y servir. Si quieres servir solo una porción, usar la mitad de la mezcla de limón con hierbas y refrigerar el resto para más tarde.