

Punch de Noël

Ingrédients (pour 6 personnes):

- 25cl jus de cranberries non sucré
- 50cl jus d'orange
- 6cl rhum blanc
- 1 orange
- 1 bâton de cannelle coupée dans sa longueur
- 2 étoiles de badiane
- 2 clous de girofle
- 1 gousse de vanille



Préparation:

Dans une casserole, verser tous les ingrédients à part l'orange et faire chauffer sans bouillir.

Peler l'orange et la couper en fines tranches. Les déposer dans un pichet.

Couper le feu de la casserole et laisser infuser une dizaine de minutes, puis verser le punch dans le pichet et laisser refroidir. Une fois refroidi, le placer dans le frigo.

Servir frais.

Cette recette apporte 11,8g de glucides par portion (jus et orange). Si vous utilisez du jus de fruits de cranberries sucré, il faut ajouter 4g de glucides par portion.

Remarque: l'alcool s'évapore à la cuisson, pour autant que cette dernière soit suffisamment longue, ce qui n'est pas le cas ici. Petit rappel, l'alcool est à consommer avec modération!

Référence: https://www.marmiton.org/recettes/recette_punch-de-noel_379254.aspx