



Soupe de la reine

30/11/-1 à 00h00

Par [Cathy Selena](#)

Temps de préparation : 10 min

Temps de cuisson : 10 min

Pour 4 personne(s)

Ingrédients :

- 2 carottes
- 1 pomme
- 1 poire
- 20 feuilles séchées de [reine-des-prés](#).

Préparation :

- Lavez et épluchez les carottes, la pomme et la poire, puis coupez-les en morceaux.
- Faites bouillir un litre d'eau dans lequel vous laisserez infuser les feuilles de reine-des-prés durant 10 minutes.
- Mixez le tout avec 50 cl d'infusion. C'est prêt !

L'astuce du chef :

Buvez le reste de votre infusion après chaque repas pour favoriser l'élimination des déchets et des toxines. Vous trouverez des feuilles séchées de reine-des-prés en pharmacie, en boutique bio ou au marché.