

Siróp contre la toux - 100% NATUREL

 Cooking By Cath

Ce sirop 100% naturel soulage la toux et aide à lutter contre l'inflammatoire des voies aériennes supérieures. La recette m'a été transmise par Mamily, ma grand-mère et j'ai toujours soigné mes enfants avec celui-ci.

Il est réalisé à partir de 3 ingrédients aux multiples bienfaits :

Le sucre candi est constitué de cristaux de très grande taille de sucre de betterave ou de sucre de canne. Il est connu pour ses vertus adoucissantes et émoullientes et permet de lutter contre la toux.

Le thym est réputé pour son action antiseptique. Il calme également les inflammations des voies aériennes supérieures, diminue les sécrétions nasales et les rhinorrhées et calme la toux par son effet spasmolytique.

La carotte, outre ses bienfaits antioxydant et anti-inflammatoire, est également une excellente source de vitamines (A – C – B6 – B9 et K) et de potassium et contribue à soutenir le système immunitaire.



Soyez le premier à voter !



Catégorie : AUTRE



Cuisine : DIY - Remède maison



Nombre : 200 ml



MATERIEL

- [ROBOT COMPANION](#)
- [Kit Découpe Légumes \(Disque H - Tranchage épais\)](#)
- [PANIER VAPEUR INTERNE](#)
- [Flacon en verre](#) pour stocker le sirop



INGRÉDIENTS

- 200 g carottes
- 200 g [sucre candi](#)
- 2 branches de thym frais (ou 1 c. à café de thym déshydraté)



PRÉPARATION

Étape 1

1. Laver les carottes et le thym.
2. Couper les extrémités des carottes et les éplucher.
3. Effeuille le thym.

Étape 2

1. Installer le kit découpe légumes et le disque H pour trancher épais sur la cuve du robot
2. Insérer les carottes dans la goulotte
3. Régler la vitesse sur 7 et lancer le robot pour trancher les carottes.

Étape 3

1. Verser les rondelles de carottes dans le panier vapeur interne du Companion.
2. Poser celui-ci au-dessus d'un plat creux ou d'un petit saladier. Il faut qu'il y ait un espace entre le fond du panier vapeur et le plat pour que le sirop puisse s'écouler.
3. Répartir les feuilles de thym sur les carottes.
4. Recouvrir les carottes avec [le sucre candi](#).



Préparation
5 min



Temps de pause
12 h



Durée totale
12 h 5 min

