

3 Recettes de Mocktails pour Célébrer les Beaux Jours

Marre de devoir [enlever une tache de vin rouge](#) après chaque apéro en terrasse ? Découvrez ici trois cocktails sans alcool tendances pour profiter des beaux jours et passer un été sans mal de tête, tout en prenant soin de votre santé. ☐

1. Le virgin piña colada : un mocktail gourmand pour petits et grands

Ce célèbre cocktail aux accents exotiques se transforme en délicieuse boisson pour toute la famille dès lors que vous laissez le rhum au placard. Laissez sa saveur estivale séduire petits et grands !

➔ Pour 2 portions, vous aurez besoin de 150 ml de jus d'ananas, de 60 ml de jus d'orange, de 90 ml de lait de coco, de 2 rondelles d'ananas coupées en dés, de sucre de canne (ou de miel) et de glaçons.

Commencez par éplucher l'ananas puis coupez-le en cubes en prenant soin de retirer le centre. Versez les morceaux dans un blender avec le lait de coco, le sucre de canne, le jus d'ananas et quelques glaçons. Mixez le tout à vitesse maximale jusqu'à l'obtention d'un mélange onctueux. Servez dans des verres et dégustez aussitôt !

☐ Pour une touche colorée (et si vous ne craignez pas de remplacer la tache de vin rouge sur vos vêtements par une trace de sirop) vous pouvez également ajouter des cerises ou un filet de sirop de grenadine.

2. Le punch sans alcool : l'allié désaltérant pour les grosses chaleurs

Grand classique des soirées entre amis, ce cocktail fait toujours l'unanimité aux heures les plus chaudes de l'été. Pour ne plus avoir à vous inquiéter de surveiller les enfants et les conducteurs qui rôdent un peu trop près du bol de punch, optez pour cette recette sans alcool rafraîchissante !

➔ Pour 8 personnes, prévoyez 1 banane, 2 citrons verts, 1 ananas, 2 oranges, 1 litre de jus d'ananas, ½ litre de jus de fruits de la passion, 5 cl de sucre de canne et un peu de cannelle ou une gousse de vanille (optionnel).

Coupez la banane en rondelles et arrosez d'un filet de citron pour éviter qu'elle ne s'oxyde. Découpez ensuite l'ananas et les oranges et incorporez-les à la banane. Dans un saladier ou une carafe, mélangez le jus d'ananas, le jus de fruits de la passion, les fruits et le sucre de canne. Conservez quelques heures au réfrigérateur et servez votre punch dans des verres à cocktail avec des glaçons.

☐ Cette recette est encore plus savoureuse lorsqu'elle est préparée deux jours à l'avance pour bien laisser aux

fruits le temps de macérer.

3. Le virgin mojito : à savourer entre amis pour un apéritif sans alcool

Cocktail préféré des français, le mojito est un incontournable des beaux jours. Pas besoin de lui faire vos adieux si vous souhaitez réduire votre consommation : son cousin sans alcool est tout aussi frais et savoureux et garanti 0% culpabilité !

➔ Pour 4 personnes, il vous faudra de l'eau gazeuse glacée, 2 citrons verts (bio de préférence), 1 bouquet de menthe et 4 cuillères à soupe de sucre de canne. Pressez les citrons et répartissez leur jus dans 4 verres. Après avoir lavé la menthe, effeuillez-la. Incorporez 1 cuillère de sucre de canne dans chaque verre et ajoutez les feuilles de menthe, en les pilant bien jusqu'à dissolution du sucre mais en prenant soin de ne pas trop les écraser. Finissez en ajoutant l'eau gazeuse bien fraîche, les glaçons et décorez avec une branche de menthe et une tranche de citron vert.

☐ Ces quelques idées de cocktails sans alcool sauront vous prouver que sans alcool, la fête est - effectivement - toute aussi folle ! ☐

Citronnade Maison

Pour environ 1 litre de citronnade :

- **1 litre d'eau**
- **4 citrons**
- **3 cuillères à soupe de miel (de préférence d'acacia ou un miel assez doux en goût. On peut le remplacer par du sucre)**
- **des glaçons**

1. Dans un saladier, verser un demi-litre d'eau puis ajouter le miel.
2. Faire chauffer le tout au micro-onde puis remuer pour que le miel soit bien dissous.
3. Presser 3 citrons et couper le 4ème en morceaux.
4. Dans une carafe, verser le jus de citron avec le mélange eau/miel.
5. Ajouter les morceaux de citron puis ajouter l'autre demi-litre d'eau.
6. Mettre au réfrigérateur pendant 1h minimum : c'est prêt ! ☐

☐ Servir cette citronnade avec de nombreux glaçons pour un maximum de fraîcheur ! ☐



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !



Cocktail Mojito Cubain

Pour un cocktail Mojito :

- **3 cuillères à soupe de rhum blanc**
- **2 grosses cuillères à café de sucre de canne (ou roux)**
- **2 branches de menthe fraîche**
- **1 citron vert**
- **des glaçons**
- **de l'eau gazeuse (type Perrier, San Pellegrino...)**

1. Dans un verre à mojito ou dans un shaker, ajouter le sucre de canne ainsi que le jus d'un demi citron vert.
2. Couper en trois les branches de menthe puis les ajouter à la préparation avec 3 ou 4 glaçons ainsi que le rhum et un peu d'eau gazeuse.
3. Pour la préparation dans le verre : remuer le tout énergiquement en écrasant bien la menthe, le tout avec une cuillère adaptée.
Pour la préparation au shaker : agiter celui-ci pendant 10 secondes et verser le tout dans un verre à mojito.
4. Ajouter ensuite l'autre moitié du citron vert coupée en lamelles puis verser de l'eau gazeuse afin de compléter jusqu'à hauteur : c'est prêt ! ☐

☐ Voici la recette originale du vrai mojito cubain ! Elle est facile et rapide à réaliser et si délicieuse ! Il est également possible de rajouter des fraises coupées en morceaux pour faire un mojito fraise à tomber par terre ! ☐

En supprimant le rhum, on obtient la version sans alcool ! ☐ *N'oubliez pas que l'abus d'alcool est dangereux pour la santé et est à consommer avec modération.*



Je vous souhaite une bonne réalisation et une bonne dégustation !

