



Voglia di un cocktail rinfrescante? Buona estate con il Black Mojito di Gianluca Mechaa

Il caldo afoso di questi giorni sembra non allentare la sua morsa e in città o sotto l'ombrellone, al mare o in piscina, una bevanda rinfrescante è sicuramente l'arma più potente contro queste temperature roventi. Una valida alternativa ai classici cocktail alcolici o analcolici alla frutta, ideale per chi vuole rinfrescarsi e non mettere a repentaglio la linea è proposta dal divulgatore scientifico e "guru" di Tisanoreica Gianluca Mech.

I cocktail ideati da Gianluca Mech non hanno zuccheri aggiunti e sono privi di alcool e di conservanti, eppure sono dissetanti ed esplosivi tanto quanto i superalcolici serviti nei bar. Tra questi il Depurative Black Mojito, un cocktail in forma depurativa a bassissimo contenuto di calorie, senza ausilio di alcool e conservanti. Tra gli ingredienti principali il decottopirico più amato, il Depurativo Antartico, che deve il suo nome all'ingrediente principale la durvillea antartica con azione emolliente e lenitiva (sistema digerente), in associazione con il rafano nero – utile nel drenaggio dei liquidi corporei – e al carciofo e tarassaco, che sostengono le funzioni depurative dell'organismo.

Inserite in un bicchiere (rock alto da 250ml) 4 cubetti di lime, 3 o 4 gocce di Tisanosweet e pestare con un pestello. Aggiungete 30 ml di Depurativo Antartico, alcune foglie di menta, massaggiate il composto con il pestello e riempite il bicchiere di ghiaccio a cubetti. Completate la preparazione con la soda a riempimento e mescolate con un cucchiaino lungo dal basso verso l'alto. Per chi ama la versione alcolica, si possono aggiungere circa 30 ml di rum scuro o ambrato.

Buona estate.

[Read More](#)