

Pastilles maison

- La recette facile des pastilles au miel maison pour soulager le mal de gorge!



Ingrédients :

- 1 tasse (250 ml) de miel
- 1/2 cuillère à soupe de jus de gingembre frais
- 4 gouttes d'extrait de menthe

Préparation :

1. Tapissez une plaque à cuisson d'une feuille de papier ciré.
2. Dans un petit chaudron, faites chauffer le miel jusqu'à 300 °F (150 °C).
3. Pendant ce temps, râper du gingembre et en extraire le jus.
4. Lorsque le miel atteint la température (mesure avec un thermomètre à bonbon), ajouter le jus de gingembre et les goûtes d'extrait de menthe.
5. Mélanger.
6. Utilisez une cuillère et formez des petits ronds en forme de bonbon sur le papier ciré.
7. Laissez refroidir et se durcir.
8. Conserver dans un pot ou envelopper individuellement dans le papier ciré.

Dans le même genre :

[Remède maison contre la congestion nasale et la toux](#)

“

Vous avez un solide mal de gorge? Essayez ces pastilles maison à base de miel pour vous soulager. C'est très facile à faire :)