

# Recettes de mocktails

(cocktails non alcoolisés)

*à déguster en toute sécurité lors  
de la grossesse et de l'allaitement!*



## *Le Colada*

1/2 tasse (125 ml) d'ananas frais  
1/3 tasse (85 ml) de lait de coco  
Glaçons

Dans un mélangeur, réduire l'ananas en purée.

Ajouter le lait de coco et des glaçons.

Réduire de nouveau en purée.

Verser dans un verre et décorer d'un morceau  
d'ananas.



## *Le Caesar*

Un quartier de lime  
Sel de céleri  
1/2 c. à thé (2 ml) de sauce Worcestershire  
1/4 c. à thé (1 ml) de Tabasco  
1/4 c. à thé (1 ml) de jus de lime  
Jus de légumes

Glisser le quartier de lime sur le bord du verre.

Déposer le bord du verre dans le sel de céleri.

Déposer la sauce Worcestershire, le Tabasco  
et le jus de lime dans le verre.

Allonger de jus de légumes et remuer.



### *Le Bora-Bora exotique*

1/2 tasse (125 ml) de jus d'ananas  
1/4 tasse (60 ml) de jus de fruit de la passion  
2 c. à thé (10 ml) de sirop de grenadine  
2 c. à thé (10 ml) de jus de citron  
Glaçons

Verser les ingrédients dans un shaker avec des glaçons, secouer et déguster!



### *Le Surprenant*

3/4 tasse (175 ml) de lait  
1/2 tasse (125 ml) de crème glacée à la vanille  
2 pêches fraîches, pelées ou en conserve coupées en gros morceaux  
1/4 c. à thé (1 ml) d'essence d'amande  
Glaçons

Broyer les ingrédients dans un mélangeur et servir.

### *Le Rafraîchissant*

1 gobelet de glaçons  
1/2 tasse (125 ml) de jus de canneberge  
1/2 tasse (125 ml) de jus de pamplemousse ou de jus d'orange

Remplir un verre de glaçons et ajouter les jus.  
Décorer d'une tranche d'orange.

