

Un mocktail est une
boisson sans alcool.

Pliez ici

Gimlet au concombre sans alcool

Ingrédients (1 portion)

1,5 oz d'eau gazeuse 4 à 5 tranches de concombre
écrasé 1 oz de jus de citron vert frais 1 oz de sirop
simple tranche de concombre (en garniture)

Préparation

Mélanger le concombre, la lime et le sirop simple dans
un shaker avec de la glace et secouer. Verser dans un
verre sur de la glace pilée et allonger avec de l'eau
gazeuse. Garnir d'une rondelle de concombre.

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il
y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle
leur permet d'avoir sous les yeux toutes les
consommations adéquates pour leurs conditions et
celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons po-
sitifs et permettons à ces femmes de se sentir sou-
tenues par toute la société, car la consommation
d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés
À partager
sans modération



Cette fiche mocktail
vous est offerte
gratuitement par



gracieuseté
de



Les vues exprimées ici ne reflètent pas nécessairement la position officielle de l'organisme Safera

#mocktail



À vos santés



SOS TSAF
Un projet de soutien de SafEra

**En cas de doute
consultez un
spécialiste de la santé**

Discuter avec votre médecin pour vous assurer qu'il n'y a pas de contre-indication pour vos santés

Mockmosa

Un mocktail est une
boisson sans alcool.

Pliez ici

Ingrédients (4 portions)

2 tasses de jus d'orange 3 tasses de jus de raisin pétillant (mélanger 1 partie d'eau pétillante et 4 parties de jus de raisin) Tranches d'orange (en garniture)

Préparation

Emplir une flûte à champagne de jus d'orange aux deux cinquièmes de sa capacité. Allonger avec le mélange de jus de raisin pétillant Garnir de tranches d'orange

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle leur permet d'avoir sous les yeux toutes les consommations adéquates pour leurs conditions et celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons positifs et permettons à ces femmes de se sentir soutenues par toute la société, car la consommation d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés
À partager
sans modération



Cette fiche mocktail
vous est offerte
gratuitement par



gracieuseté
de



Les vues exprimées ici ne reflètent pas nécessairement la position officielle de l'organisme Safera

#mocktail



À vos santés



SOS TSAF
Un projet de soutien de SafEra

**En cas de doute
consultez un
spécialiste de la santé**

Discuter avec votre médecin pour vous assurer qu'il n'y a pas de contre-indication pour vos santés

Champagne français

Un mocktail est une boisson sans alcool.

Pliez ici

Ingrédients (2 portions)

Jus d'orange et sucre (jusqu'au bord du verre) Glace 1 cuillère à café de sucre blanc 3 onces de jus de citron Bitters 1 canette de soda tonique

Préparation

Givrer le verre de jus d'orange et de sucre Remplir le shaker de glace Ajouter le sucre, le citron et les amers et secouer jusqu'à ce qu'ils soient froids Répartir entre 2 verres Allonger avec le soda tonique

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle leur permet d'avoir sous les yeux toutes les consommations adéquates pour leurs conditions et celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons positifs et permettons à ces femmes de se sentir soutenues par toute la société, car la consommation d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés
À partager
sans modération



Cette fiche mocktail vous est offerte gratuitement par



gracieuseté de



#mocktail



À vos santés



En cas de doute
consultez un
spécialiste de la santé

Mule de Moscou pomme-gingembre

Un mocktail est une
boisson sans alcool.

Pliez ici

Ingrédients (pour 2 portions)

1 tasse de Soda au gingembre 1 tasse de cidre de
pomme Sucre de citron Glace Bâton de cannelle (en
garniture)

Préparation

Garnir le verre de jus de citron et tremper dans le
sucre Remplir 1/3 du verre de glace Ajouter 1/2 tasse
de Soda au gingembre pétillant Ajouter 1/2 tasse de
cidre de pomme Garnir d'un bâton de cannelle

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il
y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle
leur permet d'avoir sous les yeux toutes les
consommations adéquates pour leurs conditions et
celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons po-
sitifs et permettons à ces femmes de se sentir sou-
tenues par toute la société, car la consommation
d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés

À partager
sans modération



Cette fiche mocktail
vous est offerte
gratuitement par



gracieuseté
de



Les vues exprimées ici ne reflètent pas nécessairement la position officielle de l'organisme Safero

#mocktail



À vos santés



SOS TSAF
Un projet de soutien de SafEro

En cas de doute
consultez un
spécialiste de la santé

Discuter avec votre médecin pour vous assurer qu'il n'y a pas de contre-indication pour vos santés

Belle poire

Un mocktail est une
boisson sans alcool.

Pliez ici

Ingrédients (2 portions)

4 oz de jus de poire 2 oz de jus de citron frais 1,5 oz de sirop simple infusé au romarin Eau gazeuse

Préparation

Combiner tous les ingrédients dans un shaker avec de la glace et agiter pour refroidir. Servir sur glace. Allonger avec de l'eau gazeuse. Garnir d'une tranche de poire (facultatif).

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle leur permet d'avoir sous les yeux toutes les consommations adéquates pour leurs conditions et celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons positifs et permettons à ces femmes de se sentir soutenues par toute la société, car la consommation d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés
À partager
sans modération



Cette fiche mocktail
vous est offerte
gratuitement par



gracieuseté
de



Les vues exprimées ici ne reflètent pas nécessairement la position officielle de l'organisme SaferA

#mocktail



À vos santés



SOS TSAF
Un projet de soutien de SaferA

**En cas de doute
consultez un
spécialiste de la santé**

Discuter avec votre médecin pour vous assurer qu'il n'y a pas de contre-indication pour vos santés

Nog épicé

Un mocktail est une
boisson sans alcool.

Pliez ici

Ingrédients (6 portions)

8 dattes fraîches 4 tasses de lait végétal (lait d'amande) 1/2 cuillère à café d'extrait de vanille 1/4 cuillère à café de cannelle moulue 1/4 cuillère à café de clous de girofle moulus 1/4 cuillère à café de muscade moulue Pincée de Sel

Préparation

Faire tremper les dattes et le lait au réfrigérateur pendant la nuit. Après trempage, placer tous les ingrédients dans un mélangeur et agiter jusqu'à obtenir une consistance lisse. Ajouter des épices au goût et conserver au réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Garnir d'une pincée de noix de muscade moulue.

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle leur permet d'avoir sous les yeux toutes les consommations adéquates pour leurs conditions et celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons positifs et permettons à ces femmes de se sentir soutenues par toute la société, car la consommation d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés
À partager
sans modération



Cette fiche mocktail
vous est offerte
gratuitement par



gracieuseté
de



#mocktail



À vos santés



SOS TSAF
Un projet de soutien de SaferA

En cas de doute
consultez un
spécialiste de la santé

Tarte pomme-caramel

Un mocktail est une
boisson sans alcool.

Pliez ici

Ingrédients (6 portions)

6 tasses de cidre de pomme 1/2 tasse de sirop de caramel
3 tasses d'eau pétillante 2 c. à thé de cannelle 2
pommes 6 brins de romarin Cassonade en garniture

Préparation

Mélanger le cidre de pomme et le sirop de caramel dans un pichet et ajouter la cannelle. Couper les pommes en fines tranches et les ajouter au pichet. Ajouter ensuite le romarin et laisser reposer 20 minutes. Au bout de 20 minutes, verser de l'eau pétillante dans le pichet et mélanger doucement. Givrer les verres avec de la cassonade et répartir le mocktail dans chacun des verres.

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle leur permet d'avoir sous les yeux toutes les consommations adéquates pour leurs conditions et celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons positifs et permettons à ces femmes de se sentir soutenues par toute la société, car la consommation d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés

À partager
sans modération



Cette fiche mocktail
vous est offerte
gratuitement par



gracieuseté
de



#mocktail



À vos santés



SOS TSAF
Un projet de soutien de SafEra

En cas de doute
consultez un
spécialiste de la santé

Bière au beurre

Un mocktail est une
boisson sans alcool.

Pliez ici

Ingrédients (2 à 4 portions)

1 tasse de cassonade 4 cuillères à café de beurre 1/2 cuillère à café de sel 1 cuillère à café de vinaigre de cidre de pomme 3/4 tasse de crème épaisse, divisée Quatre bouteilles de 12 oz de Soda mousse

Préparation

Dans une petite casserole à feu moyen, mélanger la cassonade à 2 c. à thé d'eau. Porter à ébullition et cuire jusqu'à ce que le mélange atteigne 115 °C, en remuant de temps à autre. Éteindre le feu et ajouter le beurre, le sel, le vinaigre et 1/4 tasse de crème épaisse. Remuer jusqu'à obtenir une consistance lisse. Laisser refroidir le mélange à la température ambiante. Dans un bol moyen, battre 1/2 tasse de crème et 2 c. à thé de sirop de cassonade. Dans chaque verre, mélanger 1/4 tasse de sirop de cassonade avec 1/4 tasse de soda mousse. Allonger avec du soda mousse. Garnir de crème fouettée.

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle leur permet d'avoir sous les yeux toutes les consommations adéquates pour leurs conditions et celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons positifs et permettons à ces femmes de se sentir soutenues par toute la société, car la consommation d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés
À partager
sans modération



Cette fiche mocktail
vous est offerte
gratuitement par



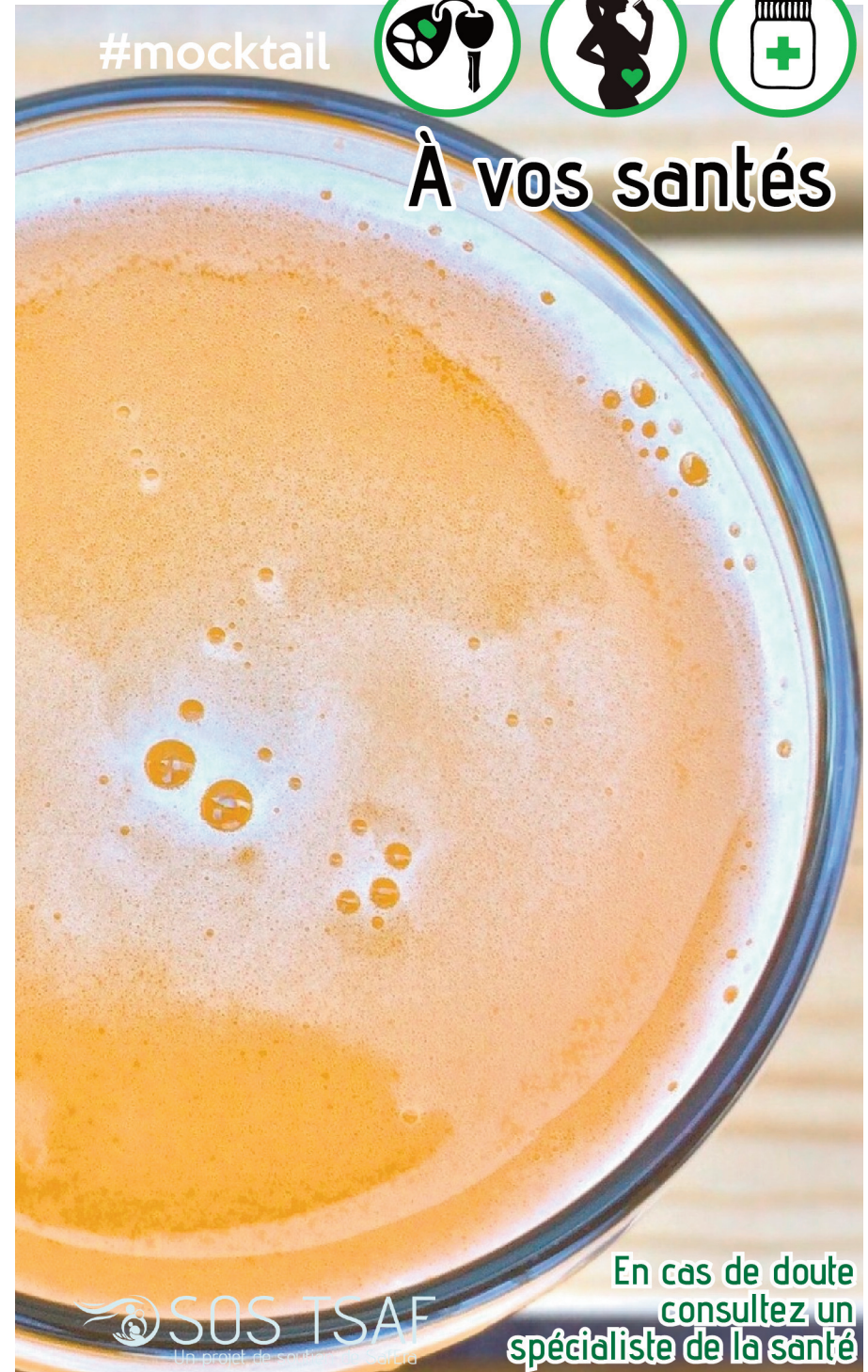
gracieuseté
de



#mocktail



À vos santés



SOS TSAF
Un projet de soutien communautaire

En cas de doute
consultez un
spécialiste de la santé

Fizz pamplemousse et romarin

Un mocktail est une boisson sans alcool.

Pliez ici

Ingrédients (2 à 4 portions)

1/4 tasse de feuilles de romarin frais hachées (ou 1 c. à thé de romarin séché) 1/2 tasse d'eau bouillante 1 c. à soupe de miel 1 tasse de jus de pamplemousse frais 8 oz d'eau pétillante réfrigérée

Préparation

Verser de l'eau bouillante sur les feuilles de romarin dans un récipient résistant à la chaleur. Couvrir et laisser infuser 15 à 20 minutes. Filtrer les feuilles et incorporer le miel jusqu'à dissolution. Refroidir au réfrigérateur. Combiner le mélange romarin-miel et le jus de pamplemousse. Verser dans des verres avec de la glace et allonger avec de l'eau pétillante.

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle leur permet d'avoir sous les yeux toutes les consommations adéquates pour leurs conditions et celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons positifs et permettons à ces femmes de se sentir soutenues par toute la société, car la consommation d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés
À partager
sans modération



Cette fiche mocktail vous est offerte gratuitement par



gracieuseté de



#mocktail

À vos santés

En cas de doute consultez un spécialiste de la santé

SOS TSAF
Un projet de soutien de SafEro

Lever de Soleil

Un mocktail est une
boisson sans alcool.

Pliez ici

Ingrédients (2 à 4 portions)

6 oz de jus d'orange 4 oz de jus de pêche 2 oz de Sprite
ou d'eau pétillante 2 oz de grenadine
Cerises glacées et tranche d'orange en garniture

Préparation

Emplir le verre de glace Ajouter le jus d'orange, le jus
de pêche et le Sprite ou l'eau pétillante, dans cet
ordre. Ajouter la grenadine Garnir de cerises et d'une
tranche d'orange.

Nous savons tous que pour les femmes enceintes, il
y a souvent des restrictions. C'est pourquoi ce sigle
leur permet d'avoir sous les yeux toutes les
consommations adéquates pour leurs conditions et
celles de leurs futurs enfants. Ensemble soyons po-
sitifs et permettons à ces femmes de se sentir sou-
tenues par toute la société, car la consommation
d'alcool durant la grossesse c'est l'affaire de tous



À vos santés
À partager
sans modération



Cette fiche mocktail
vous est offerte
gratuitement par



gracieuseté
de



#mocktail



À vos santés



SOS TSAF
Un projet de soutien de SaferA

**En cas de doute
consultez un
spécialiste de la santé**