

Le sfiziose ricette proposte e testate dalla nostra Emi, cuoca golosa ed esperta. Ottimi spunti e idee per trasformare gli ingredienti acquistati nelle nostre Botteghe in prelibatezze Eque e Solidali!



# LE RICETTE DI EMI



## Bibite estive all'erba mate

L'erba mate, ispirata alla tradizione del Sud America, è la base di numerose infusioni ottenute dalle foglie di quest'erba che vengono consumate calde nella caratteristica zucca vuota (il "Mate") oppure servite fredde miscelate con succo di agrumi. Il suo gusto armonioso, in cui spicca la leggera ed inconfondibile nota dell'erba mate, la rende particolarmente piacevole ed assolutamente inconfondibile.

L'erba mate è alla base della bibita equosolidale di CTM Altromercato "Tererito" in bottiglietta di vetro riciclabile.

## Ingredienti e preparazione

### Tererito muy mojito!

In un bicchiere (tumbler alto, per gli esperti) versate 2 spicchi di lime tagliati a metà e copriteli con qualche foglia di menta fresca e 3 cucchiaini di zucchero di canna Picaflor\*. Schiacciate il lime, le foglie di menta e lo zucchero con un pestello e aggiungete ghiaccio tritato fino a raggiungere la metà del bicchiere. Versate del rum bianco fino a coprire il ghiaccio e riempiete il resto del bicchiere con Tererito\* fresco. Mescolate con un bastoncino, inserite una cannuccia e decorate con un ciuffetto di menta fresca e uno spicchio di lime.

### Gin tererè

Ponete 1 cucchiaino di zucchero di canna Picaflor\* e qualche cubetto di ghiaccio in un bicchiere tumbler, versate 1/3 di gin e riempiete il resto del bicchiere con il Tererito\*. Se volete, aggiungete 4 gocce di angostura. Infine, mescolate con un bastoncino, inserite una cannuccia e decorate con limone.

\*prodotti reperibili nelle botteghe del commercio equo e solidale

Scopri le ricette di EMI  
sul sito [www.coopcolibri.it](http://www.coopcolibri.it)