

Infused Water



Zutaten

für 4 Gläser à 250 ml



1 Liter Wasser



1 Bio-Zitrone



ein paar Minzblätter

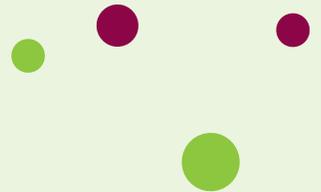


Küchenwerkzeuge ⌚ **Zeit** 2 min

○ **Wasserkrug**

* Variation

Hier kann auch Bio-Gurke statt Bio-Zitrone oder Zitronenmelisse statt Minze verwendet werden.



www.in-form.de
www.diekuechenpartie.de

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Infused Water



Zubereitung für 4 Gläser à 250 ml

- 1** Wasser in einen großen Krug füllen.
- 2** Zitrone waschen, vierteln, mit der Hand etwas Saft in das Wasser drücken und dann komplett in das Wasser geben.
- 3** Minze waschen, Blätter abzupfen, ins Wasser geben, umrühren und ziehen lassen.



Tipps + Tricks

- Da die Zitronen direkt in den Tee gegeben werden, sollten sie aus biologischem Anbau sein. Dann ist die Schale frei von Pestiziden u.ä..

Eigene Notizen _____

zusammen**lecker**kochen

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages