

Minz-Eistee

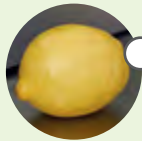


Zutaten

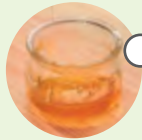
für 4 Gläser à 250 ml



○ 800 ml Pfefferminztee



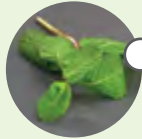
○ 1 Bio-Zitrone



○ 1 EL Honig



○ ein paar Eiswürfel



○ ein paar Minzblätter



Küchenwerkzeuge  **Zeit** 5 min
(plus Abkühlzeit)

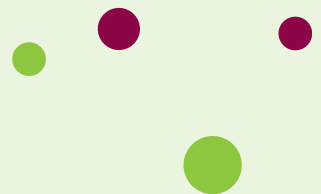
○ Messbecher

○ Löffel

○ Wasserkrug

* Variation

*Die Zitrone kann auch
weggelassen werden.*



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

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Zubereitung für 4 Gläser à 250 ml

- 1** Tee aufbrühen und abkühlen lassen.
- 2** Zitrone waschen, vierteln, mit der Hand etwas Saft in den Tee drücken und dann komplett in den Tee geben.
- 3** Eiswürfel hinzugeben.
- 4** Minze waschen, Blätter abzupfen, in den Eistee geben und einmal umrühren.

Minz-Eistee



Tipps + Tricks

- Für den Teeaufguss ruhig eine größere Menge des getrockneten Tees verwenden als gewohnt, denn durch die Eiswürfel verdünnt dieser sich.
- 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