

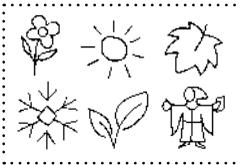


EISTEE

erfrischend

Du brauchst für 5 Portionen

1 Handvoll losen Tee,
z.B. Rooibusstee,
Griechischen Bergtee oder
eine Kräuterteemischung
1 l Wasser
2-3 TL Honig



1. Im Wasserkocher $\frac{1}{4}$ Liter Wasser zum Kochen bringen. Den Tee (im Teefilter oder Tee-Ei) damit überbrühen und 8-12 Minuten ziehen lassen.
4. Honig zugeben und etwa eine Stunde abkühlen lassen.
5. $\frac{3}{4}$ Liter kaltes Wasser zugeben und nach Belieben in den Kühlschrank stellen.

VARIANTE ↪

Ingwertee

Für 1 Liter Ingwertee brauchst du 1 Stück Ingwer (5 cm groß), etwas Honig und Zitronensaft. Ingwer schälen, in dünne Scheiben schneiden und mit heißem Wasser übergießen. 20 Minuten ziehen lassen, mit Honig süßen und nach Belieben mit Zitronensaft abschmecken.