

Wasseralternativen

Eistee mit Zitrone und Minze



VEGAN



LAKTOSEFREI



GLUTENFREI

Zutaten für 1 Liter:

- 3 Teebeutel Schwarztee
- 1 Liter heißes Wasser
- 1 Bio-Zitrone
- 4 Stängel Minze
- Eiswürfel bei Bedarf



CA. 30 MINUTEN

Zubereitung

1. Teebeutel mit heißem (nicht kochenden) Wasser übergießen. Tee für ca. 3 Minuten ziehen lassen und anschließend die Teebeutel entfernen. Tee zum Abkühlen mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.
2. Die Bio-Zitrone waschen und in Scheiben schneiden. Die Minze ebenfalls waschen und die Stiele entfernen (optional).
3. Zitrone und Minze zum kalten Tee geben und bei Bedarf mit Eiswürfel servieren.

