

Sommerlicher Eistee



© pixabay/thepassenager

Zutaten für 6 Portionen (200 ml/Portion) Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten:

- 1 l Wasser
- 1 Teebeutel Früchtetee
- 2 Teebeutel Pfefferminztee
- 1 Bio-Zitrone
- 250 ml Apfelsaft
- einige Zweige frische Minze
- Eiswürfel

Arbeitsgeräte:

- Wasserkocher
- große Glaskaraffe (hitzebeständig) oder Kanne (ca. 1,5 l)
- Messbecher
- Schneidemesser und Schneidebrett
- Zitronenpresse

Tipp: Frische Erdbeerscheiben bringen Farbe in den Eistee.

Variante: Auch andere Tee- und Saftsorten können gemischt werden. Schwarze und Grüne Tees sind aufgrund ihres Koffeingehalts für Kinder ungeeignet.

Zubereitung:

- 1 Wasser aufkochen und den Tee in der Glaskaraffe oder Kanne aufgießen und nach Packungsanleitung ziehen lassen. Den zubereiteten Tee für eine schnelle Abkühlung in ein kaltes Wasserbad stellen. Den Saft abmessen und hinzugeben.
- 2 Die Zitrone heiß abwaschen und halbieren. Eine Zitronenhälfte auspressen und den Zitronensaft zum Tee hinzufügen. Den abgekühlten Tee zum Durchkühlen in den Kühlschrank stellen, am besten über einige Stunden.
- 3 Die frische Minze waschen und die verbliebene Zitronenhälfte in Scheiben schneiden. Beides in den Tee geben oder alternativ die Gläser damit dekorieren. Den Eistee mit Eiswürfeln servieren.

www.vernetzungsstelle-sachsen.de

www.slfg.de