

Rezept



Lungenliga Eistee

Rezept für 1l erfrischender & wohltuender Eistee

Zutaten

- 5 Zweige Pfefferminze
- 5 Zweige Zitronenverbene
- 2 Zweige Ananassalbei
- 1 Zweig Orangethymian

3/4l Wasser

1/4 l Apfelsaft

1 Zitrone

Zubereitung:

- Apfelsaft kurz aufkochen
- Die Kräuter dazugeben
- ca. 1h Stunde ziehen lassen
- Mit Wasser und Zitronensaft der halben Zitrone aufgiessen
- Kühl stellen
- Mit Zitronenschnitzen (der zweiten Hälfte) und ein paar Blättern Pfefferminze servieren

Proost & en
kühle Summer
wünscht die
Lungenliga
Thurgau