



© le menu

Cold Brewed Ice Tea

Für ca. 2,25 Liter

Zubereiten: ca. 15 Minuten

Ziehen lassen: ca. 8 Stunden oder über Nacht

Zutaten

- 2 Liter Wasser
- 75 g Akazienhonig
- 2 Bund Pfefferminze, marokkanische
- 4 Holunderblütendolden
- 4 Beutel Grüntee, oder 4 EL loser Grüntee
- 2 Zitronen, Saft
- Eiswürfel
- Einige Minzezweige

Zubereitung

Wasser und alle Zutaten bis und mit Grüntee in einen grossen Krug geben, gut umrühren. 7–8 Stunden oder über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Absieben, Zitronensaft beifügen. Eiswürfel und frische Minzezweige dazugeben.

Tipp

Verwenden Sie für den Cold Brewed Ice Tea ausserhalb der Saison Holunderblütensirup und reduzieren Sie die Honigmenge nach Belieben. Sie können auch getrocknete Holunderblüten verwenden. Diese sind in Reformhäusern oder Drogerien erhältlich.

Rezept: lemenu.ch

Quelle: <https://zeitlupe.ch/panorama/essen-trinken/>