



Tee-Bowle



3 Tassen



10 Minuten

Zutaten

- 100 ml trüber Apfelsaft
- 2 EL grüner Tee
- 1 Orange
- 1 Bio Limette
- 3 Stiele Minze
- 500 ml Mineralwasser mit Kohlensäure

Zubereitung

1. Grünen Tee in ein Teesieb füllen und in einem Teekoche 500 ml Wasser aufkochen lassen.
2. Die angegebene Menge Apfelsaft unter den fertigen Tee mischen.
3. Orange schälen und Filets mit einem scharfen Messer zwischen den Trennhäuten herauslösen.
4. Limette in Spalten schneiden.
5. Minze waschen und die Stiele halbieren.
6. Und nun alles vermengen: 1 Limettenspalte, 1 Orangenfilet und 1 Stiel der Minze in jedes Glas legen, mit der Tee-Bowle aufschütten und zum Schluss mit ein wenig Mineralwasser auffüllen.

Folgt uns auf
Social Media



@my.severin



@severin_de



@severin_de