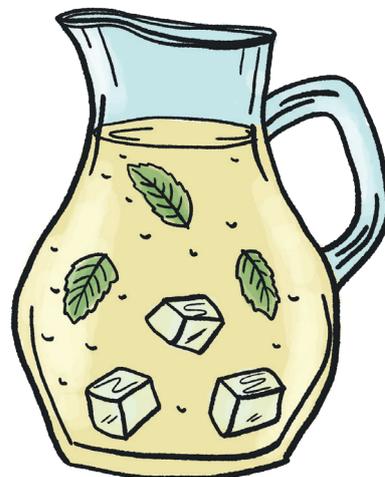


Eistee

Eistee

Zutaten für zwei Personen:

-  *2 Zweige frische Pfefferminze
oder 2 Beutel Pfefferminztee*
-  *15 Eiswürfel*
-  *ein großes Glas Apfelsaft*
-  *eine Zitrone*



1. *Bringe eine Tasse Wasser zum Kochen.
Gib die Pfefferminze oder die Teebeutel in
eine Kanne und gieße das kochende Wasser
darüber. Lass dir dabei von einem Erwachsenen
helfen. Warte zehn Minuten.*
2. *Die Eiswürfel gibst du inzwischen in
eine andere Kanne.*
3. *Nun entfernst du die Pfefferminze oder die
Teebeutel. Gieße den Tee über die Eiswürfel und
gib den Apfelsaft dazu. Wenn du es magst,
schmecken auch ein paar Spritzer Zitronensaft.*



*In den Blättern der Pfefferminze sind „ätherische“ Öle enthalten, die ein
kühles Gefühl im Mund machen. Einfach erfrischend an heißen Tagen!*