# Eistee mit Minze und Limette

Zeit gesamt
30min

Zubereitungszeit
5min

Schwierigkeit
Einfach

## Zutaten

für 1 Portionen

| | |
|---|---|
| Wasser | 200 ml |
| Grüner Tee | 1 St. |
| Bio Limetten | 1 St. |
| Minze, frisch | 5 g |
| Eiswürfel | 2 EL |

## Zubereitung

Küchenutensilien

kleine Schüssel, kleiner Topf

1. In einem Topf Wasser zum Kochen bringen. In einer Schüssel Teebeutel mit heißem Wasser überbrühen und ca. 10 Min. ziehen lassen. Anschließend Teebeutel entnehmen und grünen Tee komplett abkühlen lassen.

2. Inzwischen Limette waschen und in Achtel schneiden. Minze waschen, trocken schütteln und Blättchen abzupfen. Limettenachtel in ein Glas geben und mit einem Löffel etwas andrücken. Minze und Eis zugeben und mit grünem Tee aufgefüllt servieren.

Zum Wohl!

Tipp: Du kannst den Eistee nach Belieben mit Zucker, Agavendicksaft oder Honig süßen.

## Nährwerte (pro Portion)

| | |
|---|---|
| Kaloriengehalt | 19 kcal |
| Kohlenhydrate | 6 g |
| Eiweiß | 1 g |
| Ballaststoffe | 2 g |
| Fette | 0 g |