Orangen-Minz-Eistee

Zeit gesamt
10min

Zubereitungszeit
10min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Grüner Tee	4 g
Minze, frisch	10 g
Zitronen	1 St.
Orangensaft	400 ml
Eiswürfel	150 g

Zubereitung

Küchenutensilien

kleiner Topf

1. Grünen Tee mit ca. 400 ml heißem Wasser aufgießen und ca. 2–3 Min. ziehen lassen. Beutel entfernen. Minze waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen. Zitrone waschen, halbieren und Saft auspressen

2. Grünen Tee mit Orangensaft aufgießen. Minze und Zitronensaft zugeben und auf Gläser verteilen. Mit Eiswürfeln servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	56 kcal
Kohlenhydrate	14 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	0 g