



GRÜNER-HEIDELBEER-EISTEE

Bei den sommerlichen Temperaturen gibt es kaum etwas Besseres als einen leckeren selbstgemachten Eistee. Wie wäre es mit unserem Grünen-Heidelbeer-Eistee? Serviert mit frischer Minze und Eiswürfeln ist er ein erfrischendes und zudem noch gesundes Sommergetränk. Fruchtige Erfrischung ohne Zuckerzusatz garantiert!

ZUTATEN

Für 1 L:

100 g Heidelbeeren
3 Beutel grüner Tee
4 TL Agavensirup
Frische Minze
1 L heißes Wasser

ZUBEREITUNG

Heidelbeeren zerdrücken und in die BODDELS Glaskaraffe SUND geben. Die Karaffe mit heißem Wasser füllen und die Teebeutel dazu geben. Mit 4 Teelöffeln Agavensirup versüßen und 3 Minuten ziehen lassen. Anschließend die Teebeutel herausnehmen und den Tee für 4 bis 6 Stunden im Kühlschrank abkühlen lassen. Mit frischer Minze und Eiswürfeln servieren. Beim Einschenken werden die Fruchtstücke durch das abnehmbare Sieb der Glaskaraffe SUND herausgefiltert. Dieser Eistee lässt sich wunderbar beim Sport genießen, indem Du ihn in die BODDELS Trinkflasche EEN umfüllst.

boddels®

Mehr Rezepte für Infused Water, Smoothies, Tees und andere gesunde Getränke findest Du auf www.boddels.de