

# fidelio

## Selbstgemachter Eistee

### Zutaten für 1 Liter Eistee

4 Beutel Früchtetee (Hagebutten- oder Hibiskustee)

100 Milliliter Apfelsaft

1,5 Liter Trinkwasser aus der Leitung

### Zubereitung

1. Wasser kochen und über den Früchtetee geben.
2. Ziehen lassen, bis er auf Zimmertemperatur abgekühlt ist.
3. Teebeutel mit zwei Teelöffeln ausdrücken und herausnehmen.
4. Tee nach dem Abkühlen in einen Glaskrug geben und den Apfelsaft dazugeben. Kühl stellen.

### **Tipp:**

Dieser Eistee ist ein idealer Durstlöscher mit Geschmack und kommt am besten gut gekühlt in der Trinkflasche mit zur Schule!

### **Wer hätte das gedacht?**

In Apfelsaft ist natürlicher Fruchtzucker enthalten.

Deshalb braucht der Tee nicht zusätzlich gezuckert zu werden.

### **Probier's aus!**

Was verändert sich am Tee, wenn Du 1 Esslöffel Zitronensaft hineingibst?

Der Tee \_\_\_\_\_

Wie schmeckt der Tee jetzt? \_\_\_\_\_

Was könntest Du noch hineingeben, wenn du keinen Zucker hast?

\_\_\_\_\_