

# DURSTLÖSCHER



## DURSTLÖSCHER

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 4-6 Gläser | 10 Min. | + Abkühlzeit

### Zutaten

- ca. 4 TL schwarze Teeblätter
- 100 ml Zitronensirup
- 200 ml Grapefruitsaft
- 1-2 EL SweetFamily Feiner Zucker
- Eiswürfel zum Servieren



1873

### ZUBEREITUNG

**75**

Kcal

pro Glas (bei 6)  
ca.

**1**

Gramm

Eiweiß

**18**

Gramm

Kohlenhydrate

**0**

Gramm

Fett

1. Teeblätter mit ca. 700 ml kochendem Wasser überbrühen und 3-4 Minuten ziehen lassen. Dann durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen.

2. Kalten Tee mit Zitronensirup, Grapefruitsaft und Zucker in einer Karaffe verrühren. Nach Belieben mit mehr Zucker abschmecken. süßen. Auf 4-6 Gläser verteilen und mit Eiswürfeln servieren.