

## REZEPT FÜR ZITRONEN-LIMETTEN-EISTEE | SWEETFAMILY



### ZITRONEN-LIMETTEN-EISTEE

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

Für 4-6 Gläser | 15 Min. | + Abkühl- und Kühlzeiten

### ZUTATEN

<b>6 Beutel</b>	Earl Grey-Tee (oder 4-6 TL losen Earl Grey-Tee)
<b>je 2</b>	Bio-Zitronen und -Limetten
<b>160 g</b>	SweetFamily Brauner Bio-Zucker
<b>ca. 600 g</b>	Eiswürfel
<b>Zitronenmelisse</b>	zum Verzieren

### ZUBEREITUNG

**109**

Kcal

Pro Glas (bei 6)  
ca.

**0**

Gramm

Eiweiß

**27**

Gramm

Kohlenhydrate

**0**

Gramm

Fett

1. Tee in einem großen Krug oder einer Kanne mit 1 l kochendem Wasser überbrühen und ca. 4 Minuten ziehen lassen. Je 1 Zitrone und Limette auspressen.

2. Teebeutel entfernen, dabei gut ausdrücken. Zitrusaft und 140 g Braunen Bio-Zucker in den Tee rühren. Ca. 300 g Eiswürfel zufügen und abkühlen lassen. Dann Eistee mindestens 1 Stunde zugedeckt kalt stellen.

3. Vor dem Servieren übrige Zitrone und Limette heiß waschen und in dünne Scheiben schneiden. Zitronenmelisse verlesen, waschen und zerzupfen. 20 g Braunen Bio-Zucker auf einen kleinen Teller geben. 4-6 Gläser am Rand anfeuchten und in den Zucker tauchen. Zitruscheiben und frische Eiswürfel darauf verteilen, Eistee darüber gießen und mit Zitronenmelisse verziert sofort servieren.

### Tipp:

Für eine beerige Version im Sommer 250 g Erd- oder Himbeeren putzen und auf einem Tablett nebeneinander einfrieren. Vor dem Servieren statt der frischen Eiswürfel in den Eistee geben.