

Fruity Splash

Zutaten für 1 Liter:

4 Beutel Herzkiroschen-Tee
 2 Beutel Holunder-Limetten-Tee
 100 ml Smoothie mit Wilde Blaubeere, Johannisbeere & Cranberry (z. B. Innocent)
 100 ml Birnensaft naturrüb
 20 Himbeeren (optional)
 20 Heidelbeeren (optional)
 2 Biozitronen

1. Herzkiroschen-Tee und Holunder-Limetten-Tee mit 400 ml kochendem Wasser aufgießen und 8 Minuten ziehen lassen. Anschließend auskühlen lassen.
2. Biozitrone, Himbeeren und Heidelbeeren in ein Glas geben.
3. Mit Tee, Smoothie und Birnensaft aufgießen. Angesetzt etwa 1 bis 2 Stunden ziehen lassen und kalt servieren.



Zucker

2,5 g pro 100 ml



Kosten

2,50 € pro Liter



Tipp:

Naturrüber Saft enthält wertvolle Inhaltsstoffe.