



## Kirgisischer Reitertee

3/4 Liter Wasser mit Zimt, Nelken und Orangenschale aufkochen, vom Herd nehmen und 10 Minuten ziehen lassen. Dann das Gewürzwasser nochmals zum Kochen bringen.

Die Teeblätter in eine Kanne geben, mit dem kochendem Gewürzwasser übergießen, Zitronen- und Orangensaft zufügen und alles gute 3 Minuten ziehen lassen. Den Tee abseihen und mit Zucker und Früchten servieren.

**Zubereitungszeit:** 10 Min.  
**Schwierigkeitsgrad:** simpel  
**Brennwert p. P.:** keine Angabe

### Zutaten für 4 Portionen:

5 TL Tee, schwarz  
100 ml Orangensaft  
50 ml Zitronensaft  
5 Nelke(n)  
½ Stange/n Zimt  
½ Orange(n), Schale als Spirale abgeschält

**Verfasser:** Liesbeth

Das Leben schmeckt schön.

