

Lindenblüten-Limetten-Tee mit Ingwer



Zubereitungszeit

10 Minuten + 20 Minuten köcheln lassen

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 70 kcal

Eiweiss: keine Angaben

Fett: keine Angaben

Kohlenhydrate: 16 g

Zutaten für 4 Gläser

25 g Ingwer

1 l Wasser

60 g Zucker

4 g Lindenblüten

1 Limette

Zubereitung

1. Ingwer schälen und in dünne Scheiben schneiden. Mit dem Wasser in eine Pfanne geben. Zucker dazugeben und aufkochen. Bei kleiner Hitze 20 Minuten köcheln lassen. Über die Lindenblüten giessen und ca. 5 Minuten ziehen lassen. Limette auspressen und Saft begeben. Tee absieben, heiss servieren.