

Rezept

## Brombeerblätter-Haustee

Ein Rezept von Brombeerblätter-Haustee, am 03.06.2025

### Zutaten

**60 g** getrocknete Brombeerblätter

**30 g** Pfefferminze

Zucker oder Honig zum Süßen

**30 g** getrocknete Himbeerblätter

**30 g** Lindenblüten

Zitronensaft nach Belieben

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 10 l Kräutertee | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

### Zubereitung

1. Die getrockneten Blätter und Kräuter gut mischen, in eine luftdicht schließende Dose füllen.

---

2. Zur Zubereitung für 1 l Kräutertee 15 g (ca. 5 EL) Hausteemischung in einen Teebeutel oder ein Teesieb geben. 1 l Wasser aufkochen und kochend heiß über die Teemischung gießen. Zugedeckt 10 Min. ziehen lassen. Teebeutel oder Teesieb herausheben.

---

3. Den Kräutertee mit Zucker oder Honig süßen. Nach Belieben mit etwas Zitronensaft abrunden.