

Rezept

Kindertee

Ein Rezept von Kindertee, am 20.04.2024

Zutaten

10 Blätter frische Pfefferminze	3 Hibiskusblüten
3 TL getrocknete Hagebutten	3 TL Himbeerblätter
3 TL Brombeerblätter	1-2 TL Honig

Rezeptinfos

Schwierigkeitsgrad leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 5 kcal

Zubereitung

1. Die Minze waschen. Alle Trockenzutaten in einen Teebeutel geben, beides in einem Krug mit 1 l kochendem Wasser übergießen.
-
2. Nach 5 Min. den Beutel entfernen. Den Tee mit Honig süßen.