Küchen Götter
GU Rezepte

Rezept

Orangen-Zimt-Kinderpunsch

Ein Rezept von Orangen-Zimt-Kinderpunsch, am 25.05.2025

Zutaten

- **2 Beutel** Früchtetee (ohne Zucker)
- **250 ml** naturtrüber Apfelsaft
- **4** Sternanis
- **3** Bio-Orangen
- **2** Ceylon-Zimtstangen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Gläser (à 250 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 55 kcal, 1 g EW, 15 g KH

Zubereitung

1. Die Teebeutel in einer Kanne mit 500 ml kochendem Wasser aufgießen und nach Packungsanweisung ziehen lassen.

2. Inzwischen den Saft von 2 Orangen auspressen. Die übrige Orange heiß waschen, abtrocknen und quer in Scheiben schneiden.

3. Den Tee in einen Topf gießen. Orangensaft, Orangenscheiben, Apfelsaft, Zimtstangen und Sternanis dazugeben und alles ca. 5 Min. erhitzen, aber nicht kochen lassen. Den Tee durch ein Sieb in Becher füllen und nach Belieben jeweils 1 Orangenscheibe hineingeben.