

Rezept

Zuckerfreier Erdbeer-Kräuter-Eistee

Ein Rezept von Zuckerfreier Erdbeer-Kräuter-Eistee, am 28.06.2026

Zutaten

2 Beutel Kräutertee

100 g Erdbeeren

$\frac{1}{2}$ Bio-Limette

2 Handvoll Eiswürfel

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Kinderbecher (à ca. 100 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min
Pro Portion Ca. 5 kcal, 1 g KH

Zubereitung

1. In einem Wasserkocher 200 ml Wasser aufkochen. Die Teebeutel in eine hitzebeständige Karaffe hängen und mit dem kochenden Wasser übergießen. Den Tee ca. 10 Min. ziehen lassen, dann die Beutel entfernen.
2. Inzwischen die Limette heiß waschen, abtrocknen und in dünne Scheiben schneiden. Die Erdbeeren waschen und ebenfalls in dünne Scheiben schneiden, dabei die Stielansätze entfernen.
3. Die Eiswürfel zum heißen Tee geben und ihn damit abkühlen. Die Limetten- und Erdbeerscheiben hinzufügen, mit ca. 400 ml eiskaltem Wasser auffüllen und servieren.