



Ananas-Eistee

Zeit gesamt
🕒 25min

Zubereitungszeit
🕒 25min

Schwierigkeit
👩‍🍳 Einfach



Zutaten

für 10 Portionen

Wasser	600 ml
Grüner Tee	2 St.
Honig	50 g
Ananas	0.5 St.
Orangen	2 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, hohes Gefäß, kleiner Topf, Sieb, Pürierstab

1. In einem Topf Wasser auf mittlerer Stufe aufkochen. In einer Schüssel Teebeutel mit kochendem Wasser überbrühen und zugedeckt ca. 3 Min. ziehen lassen. Beutel entfernen, Honig im Tee verrühren und auskühlen lassen.
2. Inzwischen Ananas schälen, vierteln, holzigen Kern entfernen und grob würfeln. Orangen halbieren und Saft auspressen. In einem hohen Gefäß Ananas mit Orangensaft fein pürieren.
3. Durch eine Sieb zu dem abgekühlten Tee geben. Auf vier Trinkflaschen oder Gläser verteilen und Ananas-Eistee bis zu Servieren kühl stellen.

Zum Wohl!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	53 kcal
Kohlenhydrate	13 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	0 g