



REZEPT-TIPP

Brombeer-Ingwer-Eistee

Zutaten:

- 4 Beutel grüner Tee
(oder ein Tee deiner Wahl)
- 1 l heißes Wasser
- 290 g frische Brombeeren
- 110 g tiefgekühlte Ananasstücke
- Saft einer halben Limette
- Ein kleines Stück frischer Ingwer
- 1 EL Ahornsirup
(nach Geschmack mehr)
- 3 g frische Minzblätter
- ½ Limette, in Scheiben geschnitten
- Ca. 450 g Eiswürfel
(reicht für etwa 4 große Gläser)

Zubereitung:

Koch zuerst den grünen Tee: Einfach die Teebeutel in etwa 75 °C heißes Wasser ge-

ben und ziehen lassen, bis der Tee komplett abgekühlt ist – das kannst du auch gut vorbereiten und ihn zwischendurch in den Kühlschrank stellen.

Während der Tee abkühlt, kommen die Früchte dran: Gib die Brombeeren, die gefrorenen Ananasstücke, den Limettensaft, den frisch geriebenen Ingwer und den Ahornsirup in einen Mixer und püriere alles, bis die Mischung schön glatt ist. Danach streichst du das Püree durch ein feines Sieb, damit die kleinen Kerne draußen bleiben.

Jetzt wird's bunt im Glas: Verteile das Frucht-püree auf die Gläser, gib ein paar frische Minzblätter, Limettenscheiben und ordentlich Eiswürfel dazu. Dann füllst du das Ganze mit dem abgekühlten grünen Tee auf. Einmal gut umrühren, bei Bedarf noch ein bisschen nachsüßen – und fertig ist dein erfrischender Brombeer-Ingwer-Eistee.

