

## Kräuter Lavendel Eistee

Zutaten für 1 Flasche

6 g	Sonnentor Ingwer Energie Tee bio
0,5 g	Lavendel getrocknet
0,5 l	Wasser
20 ml	Zitronensaft
30 ml	Läuterzucker

### **Vorbereitung:**

Läuterzucker herstellen: eine kleine Tasse Wasser und eine kleine Tasse Kristallzucker in einem Topf ca 5 Minuten kochen – danach abkühlen lassen und abfüllen

### **Zubereitung Kräuter – Eistee:**

Sonnentor Ingwer Energie Tee bio und 2 – 3 Lavendelblüten mit heißem Wasser (0,5 l) aufgießen und 8 Minuten ziehen lassen

Abseihen

Zitronensaft und Läuterzucker je nach Geschmack zugeben

In einer Flasche oder einem Krug im Kühlschrank kühlen

### **Variante:**

Mit etwas Apfelsaft kann man auch eine fruchtige Variante herstellen

**Sehr zu empfehlen als Getränk für den Schulalltag!**