

Aus TOP 188 von Ruth Fierz und Annemarie Egli

Tees und Drinks

Sommerdrink

8 dl Wasser
1 Bund Zitronenmelisse oder Pfefferminze
Kräuter mit dem kochenden Wasser überbrühen. 10 Min. ziehen lassen, absieben
4 Zitronenscheiben begeben, kühl stellen, mit Eiswürfeln servieren (auch fein mit Eisenkraut)

Holunderblütentee

Frische oder getrocknete Holunderblütendolden
mit 1 l heissem Wasser übergossen, 10 Minuten ziehen lassen, absieben
Mit wenig Holdersirup süssen evtl. ein paar Pfefferminzblättchen oder Thymian zugeben

Hagebuttendrink

50 g frische Hagebutten
mit ½ l kochendem Wasser übergossen, ziehen lassen, Tee absieben
½ Kaffeelöffel Vanillezucker und 3 dl Orangensaft begeben, kühl stellen

Blüteneiswürfel

4 kleine Margeriten / 1 EL Salbeiblüten
1 Klatschmohnblüte
1 Esslöffel Gänseblümchen
1 Esslöffel Kuckuckslichtnelken- oder Storchenschnabelblüten
8 Orangentages
2 dl Mineralwasser

Blüten in eine Eiswürfelform verteilen, bei grossen Blüten die Blätter abzupfen.

Mit dem Mineralwasser auffüllen und mehrere Stunden gefrieren.



Eiste

1 Zweig Pfefferminze
1 Handvoll frische Hagebutten
mit 1 l kochendem Wasser übergossen, 10 Minuten ziehen lassen, Tee absieben
1 bis 2 Esslöffel Honig und Saft von ½ bis 1 Zitrone begeben
Kühlstellen

