



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, bestellen Sie bequem frei Haus.

GEFRO KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Pfirsich-Minz-Eistee mit Honig

- GEFRO Honig Wald & Blüte
- 1 Liter kaltes Wasser
- 4 Teebeutel mit schwarzem oder grünem Tee
- 2 reife Pfirsiche
- 2 EL Zitronensaft, frisch gepresst
- 1 kleiner Bund Minze

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Pfirsich-Minz-Eistee mit Honig

Rezept für 4 Personen

Zubereitung ca. 10 Minuten plus 6 Stunden Zieh- und Kühlzeit

Nährwerte pro Portion:

0,1 g Fett	14 g Kohlenhydrate	0,7 g Eiweiß	1,7 g Ballaststoffe	61 kcal Brennwert
------------	--------------------	--------------	---------------------	-------------------

Pfirsich-Minz-Eistee mit Honig: 1 Liter Wasser mit den Teebeuteln in ein hohes Gefäß geben und 3 Stunden ziehen lassen.

2 Pfirsiche schälen, den Stein entfernen und die Pfirsichhälften in kleine Stücke schneiden.

Die Teebeutel entfernen und die Pfirsichstücke, 2 EL frisch gepressten Zitronensaft, 10 Minzeblätter und 2 EL **GEFRO Honig Wald & Blüte** in das Gefäß geben. Mit dem Stabmixer sehr fein mixen.

Den Eistee in eine Flasche füllen und für 3 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Gläser mit Eiswürfel füllen, jeweils einen Minzezweig hineingeben und den Pfirsich-Minz-Eistee einfüllen.

Eiskalt genießen.