

# REZEPT

## Himbeer-Brennnessel Infusion



Kategorie: Getränke  
Zubereitung: 5 Minuten 8 Stunden  
Ziehzeit  
Portion: 4-6 Tassen

### ZUTATEN

- ✓ 2 EL Himbeerblätter (getrocknet)
- ✓ 2 EL Brennnesselblätter (getrocknet)
- ✓ 1TL Hibiskusblüten (getrocknet)

### ZUBEREITUNG

Die Teekräuter in einer Teekanne mit ca. 500ml kochendem Wasser übergießen.

Dann mindestens 8 Stunden ziehen lassen.

Die fertige Tee-Infusion anschließend abgießen und in den Kühlschrank stellen.

Gekühlt mit ein paar Eiswürfeln genießen.

### NOTIZEN

*Gekühlt genießen!*