

# Rooibos- Eistee mit Zitrone, Ingwer und geesteten Brombeeren



Im

Sommer bei großer Hitze Wasser zu trinken, ist ja das allerbeste. Aber auf Dauer fehlt da einfach der Reiz. Die Geschmacksknospen wollen ja mal eine Abwechslung haben. Ein selbstgemachter Eistee ist eine tolle Alternative, denn da hat man die Intensität der Süße – und auch das Mittel – selbst in der Hand und muss nach dem Genuss von zwei Gläsern keine Mahlzeit weglassen, um Kalorien zu kompensieren.

Neulich hatte ich einen grünen Eistee mit Minze vom Balkon, etwas Zitronensaft und Agavendicksaft gemacht, der sehr erfrischend war. Beim Stöbern zwischen den Teedosen und -packungen stieß ich auf einen aromatisierten Rooibos, der eine Weile ein Schattendasein fristete. Der Eistee hat eine grandiose Farbe und macht direkt gute Laune. Mit Eiswürfeln und gefrosteten Brombeeren (man könnte die Brombeeren auch IN die Eiswürfel packen), ist er eine herrlich aromatische Erfrischung mit einem touch Südafrika. =)



Ihr

**braucht:**

- 1 L kochendes Wasser
- 1 EL Rooibostee, pur oder mit Fruchtstückchen aromatisiert
- einige Scheiben frischer Ingwer
- 1 TL gemahlener Ingwer
- die Schale einer halben unbehandelten Zitrone\*
- etwas Zitronensaft
- 1 EL Agavendicksaft
- eine handvoll Brombeeren, im Eisfach gefrostet
- Eiswürfel

\* Ich nehme den Sparschäler, um dünne Streifen zu erhalten, das geht wunderbar.

Den Tee und den gemahlene Ingwer in einen Beutel füllen und den Tee aufbrühen.

Etwa 5 Minuten ziehen lassen.

Dann die Ingwerscheiben, die Zitronenschale, den Saft und die Süße dazugeben.

Ziehen und abkühlen lassen.

Mit Eiswürfeln und geeisten Brombeeren genießen.[nurkochen]



Gute

Erfrischung und eine genussvolle Zeit wünscht euch  
eure Judith

---

## Tea- Time: "Vintage Tea Party" von Carolyn & Chris Caldicott

Gestern habe ich mal wieder einen Streifzug in die Koch- und Backbuch-Abteilung einer Buchhandlung unternommen. Immer ein gefährliches Unterfangen – die Versuchungen sind dann ja überall!

Und so bekam meine Sammlung zu Hause natürlich auch wieder ein wunderschönes neues Mitglied, das ich euch vorstellen möchte:

„Vintage Tea Party“ von Carolyn und Chris Caldicott.



Das Buch hat mich sofort angesprochen mit seiner liebevollen Gestaltung und den vielen authentischen Rezepten. Ganz viel Hintergrundwissen ist auch hinein gepackt über die Entstehung der Tee-Tradition in England, des Sandwiches und vieles mehr.

Die Fotos der Köstlichkeiten machen Appetit auf einen sofortigen Afternoon Tea, egal welche Uhrzeit es gerade sein mag und die eingestreuten Eindrücke von Englands Landschaft wecken Fernweh...



Demnächst werden hier sicher Scones gebacken und Sandwiches geschmiert und dann lädt Naschkatze zu einer English Tea Party!

Habt ihr so etwas schon mal erlebt, vielleicht sogar in England selbst oder mit Selbstgebackenem?

Ich denke, wenn man die Fotos so betrachtet, ist bei so einem Event der Genuss garantiert!

Vielleicht habt ihr ja jetzt auch Lust bekommen, auf das Buch oder eine Tasse Tee mit Leckereien?

Dann wünsche ich euch genussvolle Momente!

eure Judith