

Wärmender Gewürztee

Zutaten für 4 Personen bzw. 1 Kanne:

1 gestr. TL Ingwerwurzel, getrocknet
1 gestr. TL Kardamomkapseln
¼ TL Pfefferkörner
¼ TL ganze Nelken
1 Zimtstange
½ TL Süßholz
1200 ml Wasser

Arbeitsschritte:

1.

Koche alle Zutaten in einem Topf mit Deckel auf.
Lasse den Tee dann auf niedriger Stufe mindestens 30 Min. simmern –
je länger, desto intensiver der Geschmack.

2.

Schütte den Tee dann durch ein Sieb in eine (Thermos-) Kanne.
Serviere so frisch wie möglich.

Tipp:

Ist der Tee zu stark, einfach mit Wasser verdünnen. Er kann mit Milch oder Saft je nach Geschmack verfeinert werden. Auch Hinzufügen von Kurkumawurzel ist möglich.

