

Ledový čaj II.

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: sarysek



Suroviny

Porce: 1

- Zelený čaj 1 ks
- Citronová tráva 1 ks
- Meduňka 1 ks
- Máta 1 ks
- Cukr - třtinový 1 ks
- Citron 1 ks

Doba přípravy: 60 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Pražení

Země: Česká republika

Počet porcí: 1

Postup:

V konvici zpražím ne vroucí vodou zelený čaj, mátu, meduňku a citrónovou travu. Po cca 3 minutách odstraním čaj a travu, meduňku s mátou ponechám. Osladím, ocitronuji dle chuti a pořádně zchladím.

V mrazáku mám oddělené chladicí destičky na cesty, kterými čaj poměrně rychle zchladím, ale nenaředím. ;-)

Zelený čaj s mátou a citrónem příjemně osvěží, meduňka zklidní v parnu organismus.

Zelený čaj obměňujeme dle chuti, máme rádi různé černé/bílé čaje, eventuelně ovocné.

Pokaždé zachovávám mátu, meduňku, citrónovou travu a cukr.

Mátu, meduňku a citrónovou travu mám ve vyzkoušeném poměru nasekanou a nachystanou v mrazáku, takže vše netrvá ani pár minutek.