

# Fruchtige Teeschorle



Für 10 Kinderportionen So wird's gemacht:

Menge	Zutaten
500 ml	Wasser
2 Beutel	Früchtetee
500 g	frische Früchte (z. B. Beeren, Melonen, Pfirsiche)
1	Bio-Zitrone, Saft
1 l	Wasser (mit Kohlensäure)
500 ml	Fruchtsaft (z. B. Apfel-Johannisbeersaft)

- 2 Teebeutel mit 500 ml kochendem Wasser in einem größeren Topf übergießen und mindestens 10 Minuten ziehen lassen. Teebeutel entfernen und die Flüssigkeit abkühlen lassen.
- Früchte gründlich waschen und gegebenenfalls in mundgerechte Stücke schneiden.
- Zitrone waschen und Saft auspressen
- Erkalteten Tee mit dem Frucht- und Zitronensaft sowie Wasser mischen und zum Schluss die Fruchtstückchen hinzugeben.



## Rezept-Tipps:

Nach Möglichkeit frisches Obst der Saison wählen.  
Die Schorle mit Zitronenmelisse oder Pfefferminzblättchen verfeinern.  
Eiswürfel sorgen für eine erfrischende Abkühlung an heißen Tagen; und Zahntoaster für Spaß beim Fruchte „fischen“!  
Das ist ein GRUND-Rezept für den BESONDEREN ANLASS im SOMMER und HERBST!



## Eigene Notizen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Gefördert durch:



Niedersächsisches Ministerium  
für Ernährung, Landwirtschaft  
und Verbraucherschutz

Vernetzungsstelle Kitaverpflegung Niedersachsen

Langer Hof 6  
38100 Braunschweig

www.kitavernetzungsstelle-niedersachsen.de  
E-Mail: kitavernetzung@vzniedersachsen.de  
Tel. 0531 618310-31

**verbraucherzentrale**

Niedersachsen