

Abnehmturbo: Ingwer-Limetten-Tee



Zutaten

1000 ml Wasser
100 g Ingwer, in ca. 3 mm dicken Scheiben
3 (Bio-)Limetten, geachtelt
Honig oder Stevia nach Bedarf und Tageszeit

Zubereitung

1000 ml Wasser in den Mixtopf einwiegen, Ingwer und Limette hinzugeben, 11 Min. / 100°C / Sanfrührstufe.

Tipp: Im Sommer mit crushed Ice als erfrischende Limonade genießen. Für das Crushed Ice 200 g Eismwürfel 5 Sek. / Stufe 5 verkleinern

Arbeitszeit ca. 5 Minuten, Zubereitungszeit ca. 15 Minuten