

ZIMT EISTEE

ZIMT EISTEE - FÜR DIE AKTION „WIR RETTEN WAS ZU RETTEN IST!“

Das wird jetzt eins von den ganz kurzen Rezepten. Als wir auf den Seychellen geflittert haben gab es immer wieder mal ein Gläschen Zimt Eistee. Vor dem Spa, nach dem Frühstück - der soll der Entspannung dienen. Ich fand ihn vor allem super lecker weil er so schön würzig ist und eisgekühlt tatsächlich auch zu 30°C passt - und nicht wie man sonst meinen würde eher in den Winter. Natürlich habe ich gleich gefragt wie man den am besten kocht damit er nicht bitter, nicht zu lasch und so schön würzig wird. Das alles hängt von der Qualität meiner Zimtstangen ab wurde mir verraten, aber die groben Zeiten konnte man mir an die Hand geben. Seitdem wir zurück sind habe ich uns jedenfalls schon das eine oder andere Kännchen gekocht! Und genau deshalb passt der Eistee so schön zu der Aktion von Sina vom [GiftigeBlonde Blog](#) - bei ihr ist wieder angesagt: Wir retten was zu retten ist - und das sind heute Sommerdrinks, die man eben nicht aus dem Tetra-Pak kaufen muss, sondern auch ohne Probleme selbst machen kann. Und diesen einfachen, schnellen und leckeren Eistee zu zaubern macht kaum mehr Aufwand als einen Tetra-Pak zu öffnen!



Zutaten für 1L:

2-3 Zimtstangen (abhängig von der Qualität und Frische)

1 L Wasser

1 EL Zucker (oder weniger)

Zubereitung:

Das Wasser in einem kleinen Topf aufkochen. Die Zimtstangen hinein geben und 5-8 Minuten köcheln lassen. Bei mir 3 Stangen und 7 Minuten, meine Zimtstangen sind aber auch schon seit 6 Monaten offen (aber im Schraubglas gelagert).

Den Topf vom Herd nehmen und den Zimt noch 5 Minuten ziehen lassen. Dann die Stangen entfernen und den Zucker einrühren. Den Tee abkühlen lassen, in die Kanne füllen und im Kühlschrank komplett auf 4 Grad runter kühlen.

Mit 4-5 Eiswürfeln im Glas servieren.

Eine schöne Erfrischung!



Und hier sind sie, die Retter der Sommerdrinks:

Petra von [Obers trifft Sahne](#)

Irina von [Lecker macht Laune](#)

Sandra [From Snuggs Kitchen](#)

Susi von [Prostmahlzeit](#)

Marie-Louise von [Küchenliebelei](#)

Klaudia von [Kochen mit Herzchen](#)

Andrea von [our Food creations](#)

Maria, [das Mädels vom Land](#)

Barbara von [Barbaras Spielwiese](#)

Heike von [Kebo homing](#)

Jeanette von [Cuisine Violette](#)

Andy von [lieberlecker](#)

Christine von [AnnaAntonia1](#)

Tanja von Greenway

Friederike vom Fliederbaum

Zorra vom Kochtopf