

Apfel-Ingwer-Tee

Rezept:

1. Die Äpfel waschen, in Viertel schneiden und das Kerngehäuse entfernen.



2. Die Apfelstücke in Scheiben schneiden und in einen Topf geben.



3. Den Ingwer in 2-3 Stücke schneiden und dazu geben.



4. Die Äpfel mit Wasser aufgießen bis sie bedeckt sind.



5. Ca. 10 Minuten kochen lassen

6. Dann den Apfelsaft dazu geben.
Den Ingwer rausnehmen.



7. Die Früchte herausnehmen und als Dessert genießen.