

# REZEPT BELEBENDER INGWER- ZITRONEN-TEE



## Zutaten:

- 1 daumengroßes Stück Ingwer,  
(in dünne Scheiben geschnitten)
- ½ Zitrone (den Saft)
- 250 ml heißes Wasser
- 1 TL Honig (optional)

## Zubereitung:

1. Den Ingwer mit heißem Wasser übergießen und 5-10 Minuten ziehen lassen.
2. Den Zitronensaft frisch dazugeben (nicht mitkochen, damit das Vitamin C erhalten bleibt).
3. Nach Belieben mit Honig süßen und genießen!