

## Glühtee

---

Vor- und zubereiten: ca. 15 Min.

ergibt ca. 1 Liter

- 1 Liter Wasser
- 5 Esslöffel Zucker
- 3 Nelken
- 1 Zimtstange
- 2 Esslöffel Mandarinen-Schwarztee
- 2 Mandarinen, nur Saft
- ½ Zitrone, nur Saft
- 2 Esslöffel Cognac

Wasser mit allen Zutaten bis und mit Zimt aufkochen. Bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. kochen. Pfanne von der Platte ziehen, Schwarztee begeben, ca. 3 Min. ziehen lassen. Absieben, Mandarinen- und Zitronensaft sowie Cognac dazugiesen, nochmals aufkochen, in vorgewärmte Gläser füllen.

**Pro dl:** 0 g Fett, 0 g Eiweiss, 7 g Kohlenhydrate, 153 kJ (37 kcal)

