

Alkoholfreier Lavendel- Longdrink



1 Portion
15 min Zubereitungszeit



Zutaten

2 TL Lavendelblüten
2 cl Zitronensaft
1/ 2 TL Zucker
10 Eiswürfel
2 Stk Erdbeeren
5 Minzblätter

Zubereitung

getrocknete Lavendelblüten mit 250 ml heißem Wasser übergießen und 10 Minuten ziehen lassen.

Zucker in den Lavendel Tee einrühren und mit den 10 Eiswürfeln und den Zitronensaft in ein Longdrink Glas geben.

mit geschnittenen Erdbeeren und der frischen Minze garnieren.

Aufpeppen mit Zitrone und Gin!

Tipp:

Schon die Römer benutzten Lavendel, um daraus duftende Bade-Essenzen zu gewinnen:

Der Name dieser Pflanze leitet sich dementsprechend vom lateinischen Wort lavare = „waschen“ ab. Lavendel enthält auch ätherische Öle die gut für die Haut und Muskeln sind.