

**Genießen****Björn Deinert****Donnerstag, den 13.10.2022****Apfeltee aus frischen Äpfeln****Für 3 Liter****Zutaten:**

500 g frische Äpfel  
30 g frischer Ingwer  
30 g Trockenpflaumen  
1 Bio-Zitrone  
3 l kaltes Wasser  
20-40 g Akazienhonig

**Zubereitung:**

1. Äpfel und Ingwer waschen und trocknen. Äpfel mit einem Apfelausstecher von Stiel, Kernhaus und Blüte befreien. Ungeschälte Äpfel und ungeschälten Ingwer in grobe Stücke schneiden. Zitrone heiß waschen, trocknen und in Scheiben schneiden.
2. Apfel- und Ingwerstücke, Zitronenscheiben, Trockenpflaumen und drei Liter kaltes Wasser in einen mittelgroßen Topf geben und aufkochen. Dann offen bei schwacher Hitze 1 Stunde ziehen lassen.
3. Tee mit Honig abschmecken, dabei hängt die Honigmenge sehr von der Süße der verwendeten Früchte ab. Es kann sein, dass man mehr oder auch weniger Honig benötigt.
4. Zum Servieren den Apfeltee durch ein Sieb abseihen und heiß genießen.