



Blutorangenpunsch

<https://www.edeka.de/rezepte-ernaehrung/rezepte/rezeptsuche/blutorangenpunsch.jsp>



Punsch aus Früchtetee und Blutorangen, ideal für die Weihnachtszeit.

Zutaten

Zutaten für: 6 Gläser

Menge	Artikel	Unsere Empfehlung
4 Beutel	Früchtetee	
3	Blutorangen, alternativ Orangen	
60 ml	Zitronensaft	EDEKA Zitronensaft aus Konzentrat
100 g	Zucker	GUT&GÜNSTIG Feiner Zucker
1 Stange	Zimt	
5	Nelken	

Rezept: Ernährungsservice
Foto: EDEKA Zentrale AG & Co. KG

Rezeptinformation

Zutaten für: **6 Gläser**

Zubereitungszeit: **20 Min.**

Fertig in: **20 Min.**

Je Glas : **394 kJ, 94 kcal , 21 g Kohlenhydrate , 0 g Eiweiß , 0 g Fett , 0 mg Cholesterin , 0 g Ballaststoffe**

Schwierigkeitsgrad: **einfach**

Zubereitung

- 1.) 1 l Wasser zum Kochen bringen, vom Herd nehmen. Früchtetee-Beutel einhängen und 5 Minuten ziehen lassen. Teebeutel entfernen.
- 2.) Blutorangen auspressen (ergibt ca. 250 ml Saft) und mit dem Zitronensaft durch ein Sieb in den Tee gießen.
- 3.) Zucker, Zimt und Nelken in die Tee-Orangen-Mischung geben und aufkochen. Hitzequelle ausschalten und 10 Minuten ziehen lassen, Gewürze entfernen.
- 4.) In Punschgläser füllen und heiß servieren. Nach belieben mit Blutorangenscheiben und Zitronenmelisse garnieren.

Entdecken Sie weitere Punsch-Rezepte: oder

Hinweis:

Bei der Zuordnung der Rezepte zu den einzelnen Kategorien wie gluten- und laktosefrei gehen wir sehr sorgfältig vor, können aber keine Gewähr übernehmen. Wir danken für Ihr Verständnis.

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Kochtopf 16 cm (1,5 l) mit Glasdeckel: Aus rostfreiem Edelstahl 18/10, besonders schwere Qualität 3-fach verkapselter Thermoboden für gleichmäßige Hitzeverteilung Extra stabile, abgeflachte Kaltmetall-Griffe Mit Schüttrand zum einfachen Abgießen Flacher Glasdeckel Mit praktischer, innen liegender Literskala Backofenfest (Glasdeckel bis 240 °C) Spülmaschinengeeignet: leicht zu reinigen

Küchenutensilien



EDEKA zuhause Sieb Ø 7,5 cm: Sehr feines, engmaschiges Siebgewebe Besonders stabil Rostfreier Edelstahl 18/10 Breiter, hochglanzpolierter Rand Mit breitem Ablagebügel für den Topfrand So belastbar, dass selbst schwere Suppenknochen abgeseigt werden können, das Siebgewebe verzieht sich nicht