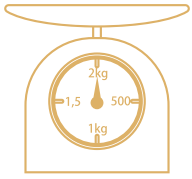


Drakendrank

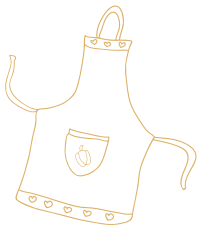


DRAKENDRANK



Wat heb ik nodig? (voor 20 glazen)

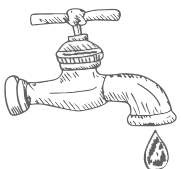
- Losse groene thee
- Takjes verse munt (of andere verse kruiden)
- Stengel rabarber (en of schijfjes citroen, enkele aardbeien,...)
- 2,5 liter water
- Optie: ijsblokjes
- Thee-eitje of theezeefje voor losse thee
- Waterkoker
- Theekannen of waterkannen
- Glazen of kopjes



Hoe maak ik drakendrank?

1. Doe ongeveer 1,5 liter water in de waterkoker, maar laat het water net niet koken.
2. Doe de losse thee in het thee-eitje. Zorg ervoor dat het goed gevuld is!
3. Snijd de rabarber in dikke schijfjes en neem enkele stengels munt.
4. Doe de rabarber, de munt en de losse thee in het theezeefje in een grote theekan (of verdeel over 2 theekannen).
5. Overgiet met het warme water en laat 3 minuten trekken. Haal dan het thee-eitje met de groene thee eruit, anders wordt de drank bitter. *De munt en rabarber mogen wel in de theekan blijven.*
6. Neem nog 1 liter koud water.
7. Verdeel de drank over de kannen en overgiet met koud water.
8. Optie: doe er ijsblokjes bij.
9. Verdeel in kopjes of glaasjes en drink rustig op.

Als je dit drankje drinkt, kan je elke draak verslaan!



Dit drakendrankje is beter dan frisdrank, maar vergeet niet dat kraantjeswater bovenaan de voedingsdriehoek staat. Drink veel water en af en toe kan je het pimpen tot drakendrank.

TIP: Heel wat producten kan je onverpakt kopen. Ben je al eens in een verpakkingsloze winkel geweest?