



2 καλοκαιρινά ροφήματα με βάση το τσάι για τις μπαλκονάδες

1. Δροσιστικό ρόφημα με τσάι και φρούτα

Μερίδες: 4 **Χρόνος προετοιμασίας:** 5-10 λεπτά **Χρόνος αναμονής:** 6-8 ώρες

Φυλάσσουμε το κρύο τσάι (χωρίς τα φρούτα) καλυμμένο στο ψυγείο για 1 εβδομάδα

Υλικά:

[6 φακελάκια Yogi Tea Ashwagandha Balance](#)

1 λίτρο νερό

300 γρ. κεράσια, καθαρισμένα

100 γρ. κατεψυγμένα κόκκινα φρούτα της επιλογής μας

2 κλωνάρια φρέσκο δυόσμο

λάιμ ή ½ λεμόνι, κομμένο σε λεπτές φέτες

2 κ.σ. σιρόπι αγαύης (προαιρετικά)

Υλικά για το σερβίρισμα:

παγάκια

Εκτέλεση

- 1) Βάζουμε σε μία κανάτα το νερό και τα [φακελάκια Yogi Tea Ashwagandha Balance](#) και την αφήνουμε στο ψυγείο για 6-8 ώρες.
- 2) Ρίχνουμε στην κανάτα τα φρούτα, τον δυόσμο, τα λάιμ και προαιρετικά το σιρόπι αγαύης και ανακατεύουμε.
- 3) Σερβίρουμε με παγάκια.

2. Καλοκαιρινό cocktail με κουρκουμά & ginger

Μερίδες: 1 **Χρόνος προετοιμασίας:** 5-10 λεπτά **Χρόνος ψησίματος:** 5 λεπτά

Φυλάσσουμε το σιρόπι καλυμμένο στο ψυγείο για 2 εβδομάδες.

Υλικά για το σιρόπι:

150 ml νερό



2 φακελάκια Yogi Tea Turmeric / τσάι κουρκουμά της Yogi Tea

60 γρ. maple ή σιρόπι αγαύης

Υλικά για το cocktail:

50 ml gin

25 ml σιρόπι

25 ml χυμό λεμονιού

Εκτέλεση

- 1) Σε μικρό κατσαρολάκι βάζουμε το νερό και τα [2 φακελάκια Yogi Tea Turmeric](#) και αφήνουμε να βράσουν για 5 λεπτά. Αφαιρούμε τα φακελάκια, προσθέτουμε το maple ανακατεύουμε μέχρι να διαλυθεί και αφήνουμε στην άκρη να έρθει σε θερμοκρασία δωματίου.
- 2) Γεμίζουμε ένα shaker ή μία κανάτα με παγάκια και προσθέτουμε το gin, το σιρόπι με το τσάι [Yogi Tea Turmeric](#) και τον χυμό λεμονιού και ανακινούμε ή ανακατεύουμε με ένα κουτάλι μέχρι να νιώσουμε το shaker ή την κανάτα αρκετά παγωμένα.
- 3) Σουρώνουμε το μείγμα του shaker ή της κανάτας σε ένα ποτήρι και σερβίρουμε με ξύσμα λεμονιού ή μία φλούδα λεμονιού.