

A E N O

Recepten voor de AENO EK7S



[Kaneel-sinaasappelthee](#)

[Kiwi groene thee](#)

[Gemberthee met citroen](#)

[Cranberry thee](#)

[Rozenbottelthee](#)

[Bloementhee](#)

[Hibiscusthee](#)

[Bessenthee](#)

[Mei thee](#)

[Linde lindethee](#)

[Sint-janskruid thee](#)

[Kruidnagelkers thee](#)

[Jasmijn groene thee](#)

[Citrusthee met
kaneel en munt](#)

[Rozenblaadjes thee](#)

Kaneel-sinaasappelthee

●○○○○ Moeilijkheidsgraad Zeer laag	🕒 Vorbereiding 3 min	🔥 Koken 3 min	🍲 Porties 4
--	----------------------------	---------------------	-------------------

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 90 graden.

Doe gesneden sinaasappels, kaneel, steranijs en losse thee in een kom of pot en giet er heet water over.

Laat 2-3 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een sinaasappelschijfje en een kaneelstokje.

Ingrediënten:

Zwarte losse thee	4 th..
Sinaasappel	2 st.
Kaneel	4 stokjes
Steranijs	2 st.
Water	1 liter



Kiwi groene thee

●○○○○○

Moeilijkheidsgraad
Zeer laag



Bereiding
3 min



Koken
3 min



Porties
4

Ingrediënten:

Groene losse thee	2-3 th.
Groene losse thee	2-3 th.
Kiwi	1 stuk
Zure appel	1 stuk
Honing	50 g
Water	1 liter

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 80 graden.

Doe kiwi en appels, in cirkels gesneden, honing en losse thee in een kom of pot en giet er heet water bij.

Laat 3 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met schijfjes appel en kiwi.



Gemberthee met citroen

Ingrediënten:

Zwarte losse thee	3 th.
Citroen	1 st.
Gemberwortel	15 g
Steranijs	2 st.
Honing	50 g
Water	1 liter

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 90 graden.

Doe gesneden citroen, gemberwortel, steranijs, honing en losse thee in een kom of pot en giet er heet water over.

Laat 2 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een schijfje citroen.

●●●●● Moeilijkheidsgraad Zeer laag	🕒 Vorbereiding 3 min	🔥 Koken 3 min	🍽️ Porties 4
--	----------------------------	---------------------	--------------------



Cranberry thee

●○○○○ Moeilijkheidsgraad Zeer laag	🕒 Voorbereiding 3 min	🔥 Koken 3 min	🍲 Porties 4
--	-----------------------------	---------------------	-------------------



Ingrediënten:

Groene losse thee	3 th.
Groene bladthee	3 th.
Munt	2-3 takjes
Piment	3 st.
Veenbessen	200 g
Suiker	100 g
Water	1 liter

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 75 graden.

Doe losse thee, piment, veenbessen en suiker in een kom of pot en giet er heet water overheen.

Laat 3 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een muntblaadje en cranberry's.

Rozenbottelthee

●○○○○○

Moeilijkheidsgraad
Zeer laag



Bereiding
3 min



Koken
15 min



Porties
2

Ingrediënten:

Rozenbottel (fijnggehakt)	20 g
Munt	1 takje
Suiker	30 g
Water	500 ml

Hoe te bereiden:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 100 graden.

Doe fijngehakte rozenbottel en suiker in een kom of pot en giet er heet water overheen.

Laat 10-15 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een muntblaadje.



Bloementhee

●○○○○○ Moeilijkheidsgraad Zeer laag	🕒 Vorbereiding 3 min	🔥 Koken 2 min	🍽️ Porties 3
---	----------------------------	---------------------	--------------------



Ingrediënten:

Gedroogde acaciabloemen	100 g
Droge kamille	25 g
Munt	40 g
Water	800 ml

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 75 graden.

Doe de acaciabloemen, kamille en munt in een kom of pot en giet er heet water overheen.

Laat het 2 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De bloementhee is klaar!

Hibiscusthee

●○○○○ Moeilijkheidsgraad Zeer laag	🕒 Vorbereiding 3 min	🔥 Koken 3 min	🍲 Porties 4
--	----------------------------	---------------------	-------------------

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 90 graden.

Doe hibiscusthee, tijm en suiker in een kom of pot en giet er heet water overheen.

Laat 3 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een schijfje citroen.

Ingrediënten:

Hibiscusthee	20 g
Citroen	20 g
Verse tijm	2 takjes
Suiker	30 g
Water	1000 ml



Bessenthee

●○○○○○

Moelijkheidsgraad
Zeer laag



Bereiding
3 min



Koken
4 min



Porties
4

Ingrediënten:

Zwarte losse thee	2 th.
Zwarte losse thee	2 th.
Aalbes	15 g
Krentenblad	10 g
Munt	1 takje
Water	600 ml

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 90 graden.

Maak de krenten- en muntblaadjes goed fijn met je handen.

Doe de krenten, krenten- en muntblaadjes en losse thee in een kom of pot en giet er heet water over.

Laat 4 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een muntblaadje en krentenbessen.



Mei thee

Ingrediënten:

Bessenblaadjes	10 stuks
Frambozenblaadjes	10 stuks
Oregano	4 takjes
Munt	4 takjes
Suiker of honing	
Water	600 ml



Moeilijkheidsgraad
Zeer laag



Vorbereiding
3 min



Koken
10 min



Porties
2-3

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 90 graden.

Doe bessenblaadjes, frambozenblaadjes in een kom of pot, voeg oregano, suiker of honing toe en giet er heet water bij.

Laat 10 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een muntblaadje.



Linde lindethee

●○○○○ Moeilijkheidsgraad Zeer laag	🕒 Vorbereiding 3 min	🔥 Koken 15 min	🍲 Porties 2-3
--	----------------------------	----------------------	---------------------



Ingrediënten:

Droge lindebloemen	30 g
Limoen	20 g
Munt	1 takje
Water	600 ml

Hoe te bereiden:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 90 graden.

Doe lindebloemen en gesneden limoen in een kom of pot en giet er heet water over.

Laat 10-15 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een muntblaadje.

Sint-janskruid thee



Moeilijkheidsgraad
Zeer laag



Bereiding
3 min



Koken
15 min



Porties
3



Ingrediënten:

Gedroogd sint-janskruid	50 g
Gedroogde balsemunt	3-4 stengels
Munt	2 takjes
Citroen	30 g
Honing naar smaak	800 ml

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 90 graden.

Doe sint-janskruid, balsem munt in een kom of pot en giet er heet water over.

Laat 10-15 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een muntblaadje, honing en een schijfje clemon.

Kruidnagelkers thee

●●●●● Moeilijkheidsgraad Zeer laag	🕒 Vorbereiding 3 min	🔥 Koken 10 min	🍲 Porties 3
--	----------------------------	----------------------	-------------------

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 90 graden.

Doe losse thee, kersen, kruidnagel, citroenschil en suiker in een kom of pot en giet er heet water overheen.

Laat 10 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

Serveer gekoeld met een paar ijsblokjes indien gewenst.

Ingrediënten:

Zwarte losse thee	2 th.
Kers	100 g
Kruidnagel	2-3 st.
Citroenschil	5 g
Suiker	40 g
Water	800 ml
IJs naar wens	



Jasmijn groene thee

Ingrediënten:

Groene losse thee	3-4 th.
Jasmijn	2 th.
Water	800 ml

Hoe te bereiden:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 80 graden.

Doe losse thee en jasmijn in een kom of pot en giet er heet water overheen.

Laat 2-3 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De jasmijn groene thee is klaar!

●●●●● Moeilijkheidsgraad Zeer laag	🕒 Vorbereiding 3 min	🔥 Koken 3 min	🍵 Porties 3-4
--	----------------------------	---------------------	---------------------



Citrusthee met kaneel en munt

●●●●● Moeilijkheidsgraad Zeer laag	🕒 Vorbereiding 3 min	🔥 Koken 5 min	🍲 Porties 4
--	----------------------------	---------------------	-------------------



Ingrediënten:

Groene losse thee	2-3 th.
Kanee	2-3 stokjes
Citrus schil	10 g
Munt	1 takje
Water	800 ml

Hoe te koken:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 80 graden.

Doe losse thee, kaneel, citrusrasp en munt in een kom of pot en giet er heet water overheen.

Laat 5 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De thee is klaar, serveer met een blaadje munt.

Rozenblaadjes thee

●○○○○○

Moelijkheidsgraad
Zeer laag



Bereiding
3 min



Koken
10 min



Porties
3

Ingrediënten:

Rozenblaadjes	15-20 g
Suiker of honing	30 g
Limoen	15 g
Water	700 ml

Hoe te bereiden:

Giet water in de waterkoker en breng het op een temperatuur van 90 graden.

Doe rozenblaadjes, suiker of honing, 3 limoenpartjes in een kom of pot en giet er heet water over.

Laat 10 minuten trekken en zeef de thee dan door een fijne zeef.

De rozenblaadjesthee is klaar!

