

さわやかアップルティー



- <材料> (2人分)**
- ざいりょう
こうちゃ
・紅茶 … 小さじ4
(※ティーバッグなら2こ)
 - りんご … 1こ
 - ねっとう
・熱湯 … カップ4はい分
(600～800ml)
 - ・さとう … お好みで

<つくりかた>

- ①りんごはよく洗って、皮をおく。
- ②ティーポットに紅茶，りんごの皮を入れ，熱湯を注ぐ。
- ③ふたをして，1～2分待つ。
- ④茶こしでカップにつき分ける。