



07
jul 2016

Liten guide till sommarens iste

Skribent: **Monika Österheim**

Hur gör man? Vilka smaker passar ihop? Vilket te ska man använda?

Iste är traditionellt en kall dryck baserad på bryggt te, oftast svart, som sötas och sedan får en kick av citron eller lime. Drycken hälls över is i glas.

Det finns en variant som kallas half and half, vilket betyder att drycken består av hälften lemonad (frukt- eller bärjuice/saft) och hälften te.

Bästa tipset är att slå upp ditt iste i en kanna eller tillbringare och lägga lite is i glaset vid servering. Om man lägger is i tillbringaren så späds teet ut väldigt snabbt, speciellt i sommarvärmen.

Ett annat tips är att toppa drycken med lite kolsyrat vatten. Läskande!

Om man vill kan man t o m spetsa sitt iste. Bara att tänka hur smakerna kombineras i favoritdrinken och följa det. Te och brunt socker med citron för tankarna direkt till lite mörk rom, kanske?



Eftersom vi älskar att laborera med smaker och ständigt hitta på nytt, finns det idag massor med varianter. Dessutom skiljer sig iste åt i olika hörn av världen där alla har sina vanor och traditioner.

En bra grund är att man brygger 1 liter te. Det kan vara vilket te som helst som man gillar men om det ska smaksättas kan det vara bra att tänka på att smaker passar ihop. Därför används neutrala svarta teer som English Breakfast, Earl Grey osv. Perfekt basblandning får man om man blandar ett svart te med valfritt örtte, det blir lite mer smak. Man kan med fördel brygga teet lite starkare än vanligt om det sedan ska smaksättas med frukt och bär, men se upp, det får inte bli beskt.

Du kan tänka på smakkombinationerna nedan när du väljer din tesort så allt passar ihop.

Söta teet medan det är varmt. Söta med vanligt socker, råsocker, muscovado, honung, sirap eller annan sötning man vill använda. Smaka av.

Låt teet svalna.

Nu tillsätter man smaksättarna - frukt, bär, blommor och örter - det man tycker om helt enkelt. Om man använder blommor och örter, vill man inte ha dem med i den färdiga drycken. Låt teet dra med örter och blommor för att sedan silas bort och tillsätt därefter frukt och bär. Om man bara smaksätter med frukt och bär, som man vill ha med i drycken, tillsätter man dem direkt när teet svalnat.

Låt isteet bli kallt i kylskåp, ca 1 timme.



Smakförslag att pröva. Om det ska vara frukt eller bär i, kan både saft, skivor/bitar och ev. puré användas. Ingefära kan skivas och låta dra i teet. Mynta är populärt och passar mycket bra men kan uteslutas eller bytas mot någon annan ört.

Kamomill + apelsin + mynta
Pepparmint + ingefära + honung
Jordgubbar + basilika
Ingefära + kanel (stång) + citron
Ingefära + citron + mynta
Limesaft + persika + mynta
Äpple + citronsaft + mynta
Lakrits + citron
Citron + blåbär + mynta
Apelsin + citron + mynta

Leta annars på nätet för hundratals goda kombos. Men framförallt, testa denna goda, läskande dryck i sommarvärmen.