

## 5-Elemente Kaffee

Mengenangaben: 4 Portionen  
Zubereitungszeit: 5 Minuten

1. 4 Tassen Wasser in einem Topf zum Kochen bringen (W-H-F).

### Feuer

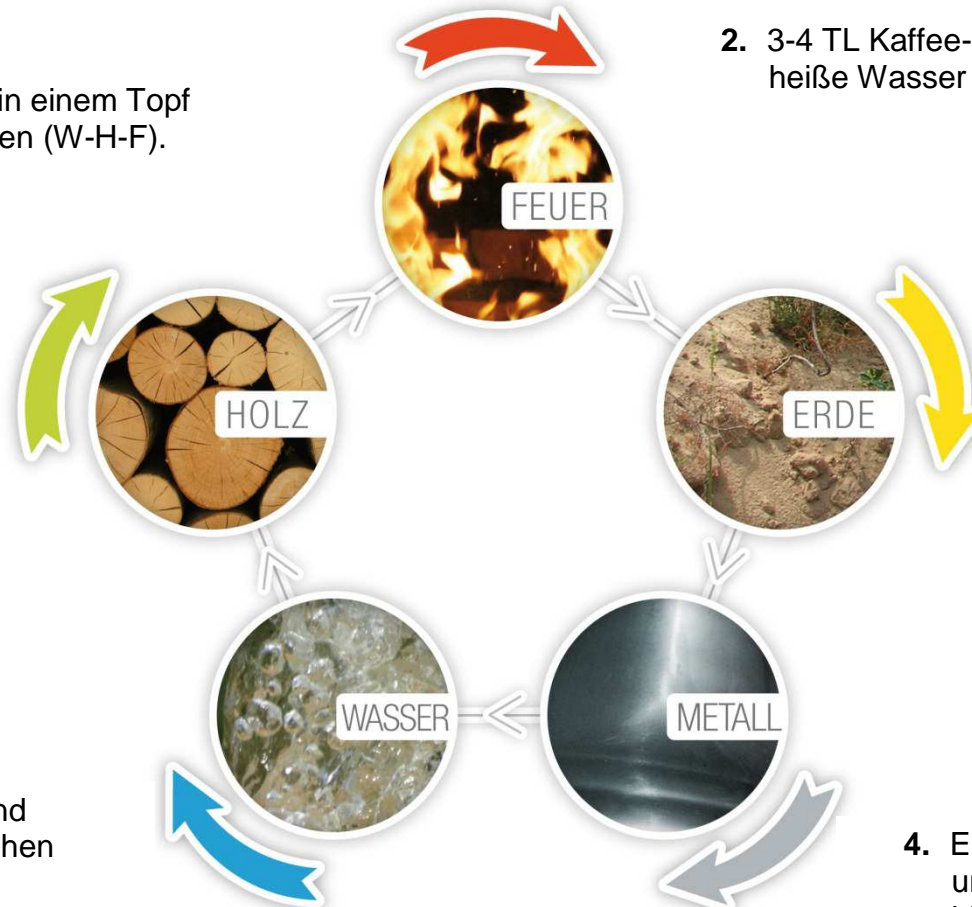
2. 3-4 TL Kaffee-Pulver (F) in das heiße Wasser (F) geben.

### Holz

7. Kaffee mit einem Sieb in die Tassen leeren und ev. mit Milch (E) verfeinern.
8. **Genießen!**

### Wasser

5. Kaffee kurz aufkochen und fünf bis zehn Minuten ziehen lassen.
6. Einen Schluck kaltes Wasser (W) hinzu – der Sud setzt sich ab.



### Erde

3. Zucker (E) hinzufügen (nach Belieben).

### Metall

4. Eine Prise Kardamom-Pulver und /oder Zimt (M) hinzufügen.

© Eat2day Ernährungsconsulting