

Winterpunsch



Zutaten:

1 Liter Früchtetee
1 Liter Kirschsaf
oder Apfelsaft
1 Zimtstange
1 Anisstern
1 Orange

Zubereitung:

Den Tee kochen und mit den Kirschsaf oder Apfelsaft erhitzen.
Zum Würzen die Orange abwaschen,
in Scheiben schneiden und mit den restlichen Zutaten
in den Punsch geben.
Kann man heiß oder kalt genießen.

Orangensaftschhorle

Zutaten:

1 Netz Orangen
1 Liter Mineralwasser

Zubereitung:

Die Orangen halbieren und mit Hilfe einer Zitronenpresse
auspressen.
In ein hohes Gefäß geben und mit Mineralwasser auffüllen.

Spritzige Melonen-Limo

für ca. 1,2 Liter

Zutaten:

1/4 Stück Wassermelone
6 Eßl. Holundersirup
2 Eßl. Zitronensaft
1/2 Liter Mineralwasser

Zubereitung:

Das Fruchtfleisch aus einer Viertel Wassermelone herausschneiden.
Melonenwürfel mit Holunderblütensirup und Zitronensaft in einen
hohen Messbecher pürieren.
Das Püree durch ein feines Sieb streichen und den entstandenen Saft
mit Mineralwasser auffüllen.

Cooler Frucht-Eiswürfel

Zutaten:

150 g Erdbeeren
100 ml Rhabarbersaft
oder Wasser

Zubereitung:

Die Erdbeeren mit dem Saft oder Wasser pürieren.
Den Saft in einen Eiswürfelbehälter füllen.
2 Stunden im Tiefkühlschrank gefrieren lassen.
Die fertigen Eiswürfel kann man mit Wasser oder Früchtetee
genießen.
Schmeckt auch als vitaminreiche Nascherei: einfach auf der Zunge
schmelzen lassen.