



Kräuterlimonade

Diese Limonade quer durchs Kräuterbeet ist erfrischend und gesund. Sie wird mit naturtrübem Apfelsaft, etwas Rohrohrzucker und diversen Kräutern hergestellt. Je nach Saison kann man auch andere Kräuter miteinander kombinieren und erhält so jedes Mal einen anderen Geschmack. Der Kräutersud hält unverdünnt, im Kühlschrank gelagert, bis zu einer Woche. Mit Quell- oder Mineralwasser aufgegossen, kann man ihn bis zur gewünschten Süße verdünnen.

Zutaten:

1 Liter Apfelsaft, naturtrüb

100-140 Gramm Rohrohrzucker

1 Paar Zweige Lavendelblüten

1 Sträußchen Zitronenmelisse

1 Sträußchen Apfel- oder Pfefferminze

1 Sträußchen Salbei

1 Sträußchen Thymian (Orangen- oder Zitronenthymian)

1 Sträußchen Rosmarin

1 Sträußchen Basilikum

1 Sträußchen Mädesüß

2 Esslöffel Wacholderbeeren

Quell- oder Mineralwasser, nach Geschmack

1. Den naturtrüben Apfelsaft zusammen mit dem Rohrohrzucker in einen Topf geben und unter Rühren zum Sieden bringen.

2. Die Kräuter sowie die Wacholderbeeren hinzugeben.

3. Den Topf vom Herd nehmen.

4. Die Kräuter im erhitzten Apfelsaft etwa 20 Minuten durchziehen lassen.

5. Den Kräutersud durch ein feines Sieb gießen und in eine Flasche abfüllen.

6. Etwas vom Kräutersud in eine Karaffe geben und mit Quell- oder Mineralwasser bis zur gewünschten Süße verdünnen.

7. Mit einem Zweig Basilikum oder Zitronenmelisse servieren.

Tipp: Der Kräutersud schmeckt auch hervorragend mit Sekt verdünnt.