

LIMONADE SELBER MACHEN



MELONEN-MINZ-LIMONADE (FÜR CA. 8 GLÄSER)

- 1 Honigmelone
- ¼ Salatgurke
- 8 Stiele Minze
- ½ Zitrone
- 1,5 l Sprudelwasser, am besten eiskalt
- Optional
- 4–8 TL Agavendicksaft oder ca. 20-30 g Zucker

Zubereitung:

Zuerst die Melone und die Gurke kleinschneiden. Anschließend wird die Minze gewaschen und die Blätter abgezupft. Acht Spitzen können für die Deko aufgehoben werden, der Rest wird zerkleinert. Jetzt wird die Zitrone ausgepresst und mit allen anderen vorbereiteten Zutaten fein püriert. Das Fruchtmus kann nun in ein großes Gefäß, oder direkt auf die Gläser verteilt werden und mit dem Mineralwasser aufgegos- sen werden. Wer möchte, kann die Limo noch mit Agaven- dicksaft oder Zucker nach Geschmack süßen. Jetzt nur die Deko-Minze nicht vergessen und schon ist das erfrischende Sommergetränk fertig.

PFIRSICH-EISTEE (FÜR CA. 8 GLÄSER)

- 1 Gurke
- 400 g reife Pfirsiche
- 100 ml Limettensaft, frisch gepresst
- 180 g Rohrzucker
- 350 ml Wasser
- 1 l grüner Tee
- 50 g Basilikum
- Meersalz
- 1 Zitrone zur Dekoration

Zubereitung:

Zunächst die Pfirsiche in kleine Stücke schneiden und zusam- men mit dem frisch gepressten Limettensaft, 350 ml Wasser und dem Rohrzucker kurz aufkochen und 15–20 Minuten köcheln lassen. Anschließend wird der Basilikum und eine Prise Meersalz zugegeben. Das Ganze rund zehn Minuten ziehen lassen.

Anschließend durch ein Passiertuch oder Sieb geben und dabei die Pfirsiche gut ausdrücken. Den entstandenen Sirup kühl lagern. Den Pfirsichsirup mit einem Liter abgekühlten grünem Tee aufgießen und mit einigen Zitronen und Basili- kum auf Eis servieren.

