



Bayerische
Rieswasserversorgung

Alkoholfreier Cocktail Prickelnder Holunder-Kick



Zutaten für zwei Gläser à 300 ml

- 1 Zitrone
- 100 ml Holunderblütensirup (gibt es in vielen Supermärkten, im Reformhaus oder Naturkostladen)
- 2 Zweige Zitronenmelisse
- 6 Himbeeren
- 400 ml Rieswasser

Schale spiralförmig von einer Zitrone abschälen und halbieren. Saft einer Zitrone auspressen. Je eine Hälfte der Spirale, Holunderblütensirup, Zitronensaft und Zitronenmelisse auf die Gläser verteilen. Mit gut gekühltem Trinkwasser auffüllen. Himbeeren hineinfallen lassen und servieren.

Gesundheitswert: Das Natrium im Wasser wirkt sich positiv auf Herz und Kreislauf aus. Vitamin C stärkt zusätzlich die Abwehrkräfte.

Wasser ist Leben

