

ZUKUNFTS-REZEPT

GIERSCH-LIMONADE

Zutaten

- Eine Handvoll frische Gierschkräuter
- Eine Bio-Zitrone
- 1 l Apfelsaft oder Schorle
- Nach Belieben einige Blätter Zitronenmelisse, Gundelrebe oder andere Wildkräuter für noch mehr Geschmack



Zubereitung

Kräuter mit einem Nudelholz oder einer Flasche leicht anquetschen. In ein weithalsiges Gefäß geben und mit Apfelsaft/Schorle auffüllen. Zitrone in Scheiben schneiden, leicht andrücken und dazugeben. Einige Stunden ziehen lassen. Nach Geschmack mit Mineralwasser auffüllen und trinken. Für einen intensiveren Geschmack kannst du den Giersch über Nacht ziehen lassen. Mit einigen Eiswürfeln schmeckt die Limonade noch erfrischender.