

PRT Rezept „Zukunft schmeckt“

Holunder-Apfel-Schorle

Dieser Duft!

Die Holunderblüten sind bald los! Hier unsere Empfehlung...

Zutaten

1 l Apfelsaft, bio naturtrüb
10-15 Holunderblüten
1 Bio Zitrone (in Scheiben
geschnitten)
1-1,5 L stilles oder
Sprudelwasser

Zubereitung

Apfelsaft in eine Karaffe
füllen.
Holunder und
Zitronenscheiben dazu
geben und min. 4 Stunden
ziehen lassen.

Mit einem Tuch absieden.

Wasser auffüllen und direkt servieren. Mmh, lecker 😊



Tipp: da sich der Saft nicht lange hält kann dieser auch (ohne Wasser) zu Eiswürfeln eingefroren werden und im Sommer ins Wasser gegeben werden.

Auch kann man mit ein paar Holunderblüten und Zitronenscheiben stilles Wasser wunderbar aromatisieren.

Nebenbei stärkt die Holunderblüte das Immunsystem