

# Leckere Getränke

## Wassermelonen – Bowle

### Zutaten

600 g	Wassermelone in Würfel geschnitten
200 g	Eiscreme, Zitroneneis oder Vanille ...
1	Zitrone ausgepresst
500 ml	Wasser, kalt oder Mineralwasser wer mag auch ein paar Eiswürfel

Für die Dekoration:

Minze

Melonenschnitz

### Und so gehts

1. Eine kernlose oder kernarme Wassermelone halbieren, die Rinde entfernen und in Würfel schneiden. Hat die Melone Kerne, diese entfernen.
2. Die Stücke in einen Mixer geben, das Eis und den Zitronensaft dazu geben. Das Ganze sehr gut pürieren, bis alles fein miteinander gemischt ist.
3. Alles in eine Karaffe oder ähnliches umfüllen.
4. Das kalte Wasser oder Mineralwasser dazu geben und mit einem Kochlöffel umrühren. Mit einem Deckel abdecken und im Kühlschrank gut durchkühlen lassen.
5. Nach dem Kühlen die Karaffe mit Eiswürfeln nach Belieben füllen und alles leicht umrühren.
6. Wer mag, kann Longdrink Gläser verwenden und sie entweder mit einem Melonen-Stick oder einem Melonenschnitz am Rand und Minze servieren.



## Kirsch-Joghurt Getränk

### Zutaten

200 g	entsteinte Kirschen
300 g	Joghurt
2 EL	Honig
2 Schuss	Milch

### Und so gehts

1. Kirschen kontrollieren, da verirrt sich ja gern mal einer mit Stein.
2. Joghurt, Milch und Kirschen in ein hohes Rührgefäß geben und mit einem Pürierstab oder im Mixer gut durchmischen.
3. Mit einem kleinen Löffel einmal probieren und nach Bedarf Honig hinzugeben.
4. Alles noch einmal vermischen.

Die Menge reicht für zwei Gläser.

Vielleicht dürfen ja noch ein paar Schokostreusel oben auf.



## Tee – Apfelsaft Erfrischungsgetränk

### Zutaten

2 EL            losen Tee, gut geeignet ist Rooibusch-Früchte  
500 ml        Apfelsaft  
500 ml        Traubensaft, roter  
4 Scheiben frische Zitrone  
Wer mag, ein paar Eiswürfel.

### Und so gehts

1. Zuerst den Rooibusch-Früchte-Tee kochen. Dazu 2 EL Tee auf einen Liter Wasser geben, ca. 5 Minuten ziehen lassen und dann abkühlen lassen.
2. Den fertigen Tee in einen großen Krug mit 2 Liter Fassungsvermögen füllen und den Apfelsaft sowie den roten Traubensaft dazugeben.
3. Von einer Zitrone 4 Scheiben abschneiden und dazu geben.
4. Alles gut umrühren.

Wer möchte, kann es an heißen Tagen auch mit Eiswürfeln servieren.

### Kleiner Tipp:

Im Winter trinken wir es auch warm.  
Denn bei uns schmeckt es allen Generationen.



# Bananen - Apfel - Zimt - Shake

## Zutaten

4	Äpfel
2	Bananen
½ Liter	Milch
1 EL	Zimt nach Belieben

## Und so geht's

1. Banane schälen und zerteilen.
2. Äpfel waschen und Kerngehäuse entfernen. Wer mag, kann seine Äpfel schälen.
3. Äpfel, Bananen und Milch in den Mixer geben. Den Zimt dazu geben und alles gut durchmischen.
4. Nochmal abschmecken und in Gläser füllen.

Varianten:

An ganz heißen Tagen machen sich ein paar Eiswürfel nicht schlecht im Shake.

Und wer keine Angst vor Kalorien hat, der darf sich gern auch noch eine Vanilleeiskugel im Shake gönnen.

Das Ganze geht natürlich auch mit Erdbeeren oder anderen Beeren statt Äpfeln.

Mama oder Papa mögen vielleicht auch die Variante mit Kaffee. Eltern sind eben ein bisschen anders.

Viel Spaß beim Ausprobieren.





# Beeren-Bowle

## Zutaten

1 Liter	Sprite oder Bitter Lemon
1/4 Liter	Tonic Water
1/4 Liter	Ginger Ale
500g	gemischte Beeren tiefgefroren

## Und so gehts

1. Die Getränke in eine große Karaffe mit 2 Liter Fassungsvermögen schütten.
2. Die tiefgekühlten Beeren dazugeben.  
Achtung: Schüttet sie langsam dazu. Durch die Kohlensäure schäumt es ziemlich. Nicht, dass alles überschäumt.
3. Nach 15 - 30 Minuten bei Raumtemperatur sollten die Beeren aufgetaut sein.
4. Deine kühle Bowle ist servierfertig.

