



Der "hr3 fresh & fruit sommerdrink"

Zutaten:	Zubereitung:
10 cl Cranberriesaft	1/2 Limette mit 1 Teelöffel braunem Zucker im Shakerglas zerdrücken. Mit Crasheis auffüllen - die Zutaten eingießen - kurz shaken - ins Glas - fertig
6 cl Maracujanektar	
1,5 cl Vanillesirup	

Take it

2 cl Grenadine	Grenadine und Zitronensaft in ein Longdrinkglas auf Eiswürfel geben und mit Sandbitter auffüllen. Leicht umrühren und eine halbe Orangenscheibe ins Glas geben.
2 cl Zitronensaft	
1 Fläschchen Sanbitter 0,1Ltr.	

Mint Leaf

1 Kugel Vanilleeis	Im Elektromixer gut durchmischen und in ein großes Glas füllen. Einige Pfefferminzblätter auf das Getränk geben.
2 cl Pfefferminzsirup	
20 cl Milch	

Miami Vice

1/2 Banane	Im Elektromixer gut durchmischen und in ein mit Eiswürfel gefülltes Longdrinkglas gießen. Mit Früchten garnieren.
1/2 Scheibe Ananas	
1 Tl Traubenzucker	
2 cl Zitronensaft	
10 cl Ananassaft	

Flamingo Cooler für Kids

4 cl Kokossirup	Sirup und Säfte in ein Longdrinkglas auf Eiswürfel geben, gut umrühren und mit Erdbeeren garnieren.
2 cl Erdbeersirup	
12 cl Grapefruitsaft	

Drachenblut für Kids

8 cl Kirschnektar	Im Elektromixer mit einigen Eiswürfeln gut durchmischen und in ein Longdrinkglas auf einige Eiswürfel abseihen. Mit Zitronenscheibe und Cocktailkirsche garnieren.
8 cl Maracujanektar	
2 cl Grenadine	
2 cl Zitronensaft	

Schoko-Banana-Shake für Kids

- 2 El Schokoladensauce
20 cl Milch
1 Eigelb
1/2 Banane

Im Elektromixer mit einigen Eiswürfeln gut durchmischen und in ein Longdrinkglas auf einige Eiswürfel abseihen.

Ingwer-Apfel-Tee

- 2,5 Ltr Wasser
4-5 säuerliche Äpfel
gewürfelt oder
2 Äpfel und
Apfel- schale
1 Zitrone
1 kl. frische
Ingwer- wurzel

Alles zusammen einmal aufkochen, dann 30. min. bei geringer Hitze weiter simmern lassen ohne Deckel. Abseien und nach Geschmack mit Honig süßen. Lässt sich auch gut für heiße Tage vorbereiten und gut gekühlt trinken. Ist sehr durstlöschend und erfrischend. Der Ingwer mit dem Apfel, besonders mit den Inhaltsstoffen der Apfelschale wirkt leicht kreislaufstabilisierend.

