Dauer: Mittel Kategorie: Getränke Vegetarisch Saison:



Zutaten

1 L	Apfelsaft
1 HANDVOLL	junge Gierschblätter
EVENTUELL	ein paar Pfefferminzblätter

Zubereitung

- 1. Apfelsaft in einen Glaskrug füllen.
- 2. Die jungen Giersch Blätter mit den Fingern rebeln.

 $\ddot{\mathsf{A}}\mathsf{ther}\mathsf{ische}\;\mathsf{Inhaltsstoffe}\;\mathsf{werden}\;\mathsf{besser}\;\mathsf{abgegeben}.$

- 3. Mit den Pfefferminzblättern über Nacht (kühl) im Apfelsaft ansetzen.
- **4.** Am nächsten Tag mit Mineralwasser spritzen und genießen.

