

FAUSTFORMEL *System*

Durstlöcher für heiße Tage: Kräuterwasser



Für 1 Liter

Zutaten:

- 1 Liter Wasser (sprudelnd oder still)
- 2 Zweige Zitronenmelisse oder Minze oder Basilikum oder Rosmarin etc.
- ½ Stk. mittelgroße Limette oder Zitrone, unbehandelt

Anleitung

1. Kräuter und Limette gut waschen.
2. Limette in mehrere Scheiben schneiden. (Wichtig: möglichst mit unbehandelter Schale kaufen!! Die Spritzmittel gehen sonst ins Wasser über....)
3. Wasser in einen Krug füllen.
4. Kräuter und Limette ins Wasser geben und für einige Zeit im Kühlschrank ziehen lassen. Je länger die Zutaten im Wasser ziehen umso intensiver ist danach der Geschmack.

Hinweis: Bei der “sprudelnden” Variante kann man, je nachdem wie lange man das Wasser ziehen hat lassen, nochmal mit sprudelndem Wasser aufgießen, damit es mehr prickelt.

© 2006-2018 Sasha Walleczek

meine.faustformel.com