



TIPP:

Der Americano ist ein klassischer Drink, der vor dem Essen serviert wird. Er wird mit Orangen oder Zitronen garniert.

ANANAS-FIZZ

(OHNE FOTO)

ZUTATEN FÜR 1 GLAS

einige Eiswürfel
6 cl Ananassaft
3 cl weißer Rum
Sodawasser
1/4 Scheibe Ananas

1. Einige Eiswürfel in einen Shaker geben. Ananassaft und weißen Rum hinzufügen, kräftig schütteln und in ein Longdrinkglas abseihen.

2. Mit Sodawasser auffüllen und mit dem Ananasstück garniert servieren.



ANANAS-SALAT-SMOOTHIE

Vegan

Alkoholfrei

ZUTATEN FÜR 2 GLÄSER

50 g abgetropfte Kichererbsen (aus der Dose)
150 g knackig frischer, milder Blattsalat (z. B. Bio-Kopfsalat)
200 g reifes, süßes Ananas-Fruchtfleisch (aus dem Kühlregal)
15 g frischer Koriander

3 Stängel Zitronenmelisse oder Minze
3 EL frisch gepresster Limettensaft
1 EL weißes Mandel- oder Sesammus (aus dem Glas, Reformhaus)
200 ml gut gekühlter Mandeldrink, ungesüßt
Meersalz, evtl. 2 Eiswürfel

1. Kichererbsen in ein Sieb geben, mit kaltem Wasser abspülen und gut abtropfen lassen. Salat putzen, abspülen und tropfnass fein schneiden. Ananas-Fruchtfleisch fein würfeln. Die Kräuter abspülen und trocken tupfen. Die Blättchen von den Stängeln zupfen. Blättchen grob zerschneiden.

2. Salat, Kichererbsen, Ananaswürfel, Limettensaft, Mandel- oder Sesammus und Kräuter in einen Mixer geben. Mandeldrink hinzugießen. Die Zutaten im verschlossenen Mixer fein durchmischen. Evtl. den Mixer zwischendurch ausschalten und die Zutaten mit einem Teigschaber nach unten zu den Mixmessern schieben, damit alles gleichmäßig durchmixt.

3. Smoothie mit Meersalz nach Geschmack nachwürzen, evtl. 2 Eiswürfel hinzugeben (bitte vorab Gebrauchsanleitung des Mixers beachten. Nur leistungsstarke Modelle können Eiswürfel zerkleinern) und alles nochmals verschlossen fein durchmischen. Smoothie in 2 Gläsern verteilen.



APEROL PROSECCO

ZUTATEN FÜR 1 GLAS

4 cl Aperol (Bitter-Aperitif)
kalter Prosecco oder trockener Sekt
1 Schalenspirale von 1 Bio-Orange (unbehandelt, ungewachst)

-
1. Aperol in eine gut gekühlte Sektschale geben.
 2. Die Schale mit Prosecco oder trockenem Sekt auffüllen.
 3. Den Drink mit einer Orangenschalenspirale garnieren und servieren.
-

TIPPS: