

Gartenmocktails für das Schulfest

Long Garden Ice Tea

Zutaten für 4 Gläser:

- 1l schwarzer Tee
- 1 Bio-Zitrone
- 4 Zweige Thymian oder Rosmarin
- Zucker/Honig nach Belieben
- Evt. Minze oder andere Kräuter oder Blumen

Koche einen schwarzen Tee und füge den Saft einer Zitrone, sowie die frischen Thymian- und/oder Rosmarinzwige hinzu. Wer kein koffeinhaltiges Getränk zubereiten möchte, kann den Mocktail auch mit Wasser herstellen. Wer will, kann etwas Zucker oder Honig hinzufügen.

Schneide dann die ausgepresste Zitrone in Viertel und füge sie dem etwas abgekühlten Tee hinzu. Lasse den Tee dann einige Stunden im Kühlschrank ziehen.

Falls gewünscht, füge beim Servieren einige Minzblätter oder andere Kräuter, sowie Blumen hinzu.

Kleiner Tipp: Damit der Tee weiterhin kühl bleibt, nachdem er aus dem Kühlschrank genommen wurde, kann man für die Eiswürfel die Ice Tee-Zubereitung, anstelle von Wasser, nutzen, damit der Tee nicht verwässert.



Green Ice Tea

Zutaten für 4 Gläser:

- 2 Teelöffel grüner Tee
- 1 Liter Wasser
- Ca. 30 Minzblätter (ggf. Zitronenmelisse)
- 4 Stück Zucker oder Honig (nach Geschmack, mehr oder weniger)

Die Zubereitung ist sehr einfach: Gieße einfach das kochende Wasser über die anderen gemischten Zutaten. Anschließend lässt man den Tee 5 bis 10 Minuten ziehen, filtert ihn dann ab und stellt ihn in den Kühlschrank.

Für einen Hauch an Zitrone, kann man auch Zitronenmelisse hinzufügen oder gar die Minzblätter ersetzen.

Wer kein koffeinhaltiges Getränk zubereiten möchte, kann auch den Tee weglassen.



Kinder Mojito

Zutaten für 4 Gläser:

- 2 Limetten
- Ca. 20 Minzblätter
- 40ml Zuckerrohrsirup/ Honigsirup
- 1l Sprudelwasser
- Ca 8 Erdbeeren /Himbeeren
- Ggf. Blumen und Zitronen zur Dekoration



Um den Zuckerrohrsirup zu ersetzen, kann man einen Honigsirup herstellen, indem man den Honig mit heißem Wasser im Verhältnis 1:3 verdünnt und gut verrührt, bis sich der Honig vollständig aufgelöst hat. Abkühlen lassen!

Den Saft der Limetten auspressen und die Minze und den Honigsirup dazugeben. Die Limetten vierteln und in die Gläser verteilen. Mit Sprudelwasser auffüllen. In jedem Glas einige Himbeeren oder Erdbeeren hinzufügen und ggf. mit Blumen/Zitronenscheiben verzieren.

Aromatisiertes Wasser

Aromatisiertes Wasser liegt im Trend, wird aber mit künstlichen Aromen hergestellt. Warum es nicht selbst mit Zutaten aus dem Garten herstellen?

Man kann saisonales Gemüse, wie Gurke oder Rote Bete, oder aromatische Kräuter, wie Minze, Basilikum oder Zitronenmelisse verwenden.

Die Ziehzeit hängt von der Intensität des Geschmacks ab, der erzielt werden soll. Mindestens eine Stunde und bis zu 12 Stunden sollten eingeplant werden. Es ist ratsam, das Wasser über den Tag zu verbrauchen.

Hier sind 2 Rezepte, die wir besonders empfehlen:

Gurken-Melissen-Wasser:

6-7 mittelgroße Gurkenscheiben schneiden, Dosierung für ca. 1 Liter Wasser (= 4 Gläser)

Als Cocktail, kann man das Wasser mit frischen Kräutern wie Pfefferminze oder Basilikum aufpeppen. Gurken passen auch gut zu Zitrusfrüchten und Zitronenmelisse.

Fruchtiges Wasser

Um das Getränk zu färben und ihm einen guten fruchtigen Geschmack zu geben, kann man rote Früchte (Kirschen, Johannisbeeren, Himbeeren, Erdbeeren ...) mit etwas Zucker mörsern oder die Früchte mit heißem Wasser aufgießen, gut umrühren und dann abkühlen lassen.

Blumeneiswürfel

Um die Party noch schöner zu machen, stelle Eiswürfel aus essbaren Blüten, wie Borretsch oder Ringelblumen-Blüten am Vortag her.



Quelle: <https://www.lesdorloteurs.fr/>

