

# GESUNDES WASSER MIT GESCHMACK

Der frische-Kick!



## GURKEN-MINZ-WASSER

### Zutaten für 4 Personen:

- 1 Stück Gurke
- 10 Blätter Minze
- 1,0 l gekühltes Mineralwasser mit Kohlensäure

### Zubereitung:

- Eine Gurke mit der Schale waschen und in gleichmäßige Scheiben schneiden.
- In ein Behältnis füllen.
- Einige Blätter Minze zupfen und hineingeben, nach und nach mit Wasser auffüllen.
- Einige Minuten ziehen lassen – der Gurkengeschmack geht schnell ins Wasser über – und mit Minze ausgarnieren.

## BLAUBEER-ROSMARIN-WASSER

### Zutaten für 4 Personen:

- 120 g Blaubeeren, frisch oder TK
- 4 Stiele Rosmarin, frisch
- 1,0 l Wasser, mit oder ohne Kohlensäure

### Zubereitung:

- Die Blaubeeren (tiefgekühlte geben besser die Farbe und den Geschmack ab) mit dem Rosmarin in ein Gefäß geben.
- Mit Wasser auffüllen und etwas ziehen lassen. Fertig ist der Durstlöscher.

