

Waldmeister Bowle

Zutaten:

- 1 Flasche Weißwein (z. B. trockener Riesling)
- 1 Bund Waldmeister (vor der Blüte geerntet)
- ½ Flasche Sekt
- 3 EL Zucker (oder nach Geschmack)

Zum Garnieren:

- unbehandelte Zitronenscheiben
- frische Waldmeisterblätter

Zubereitung:

1. Den Waldmeister abbrausen und gut abtropfen lassen. Die Stängel zu einem Sträußchen binden und einige Stunden in der Sonne oder über Nacht welken lassen (so entfaltet sich das Aroma am besten).
2. Den Waldmeisterstrauß anschließend mit dem Wein übergießen und etwa 20 Minuten ziehen lassen. Wenn möglich die bitteren Stängelenden aus der Flüssigkeit ragen lassen (Sträußchen an einem Kochlöffel festbinden).
3. Danach durch ein Sieb in eine Bowleschüssel gießen und mit dem gekühlten Sekt auffüllen.
4. Mit Zitronenscheiben und Waldmeisterblättern garniert servieren.



Waldmeister:

- soll bei Leberstauungen, Verdauungsstörungen und krampfartigen Zuständen helfen
- wirkt appetitanregend, sedativ und abschwellend
- hilft als Teemischung gegen Kopfschmerzen und Migräne

KW 18

www.ehanuschke.de

hofladen@e-hanuschke.de



Auf den Schrederwiesen 44

80995 München

☎ 089 14347312

Hofladen Öffnungszeiten:

Dienstag 14 – 18 Uhr

Donnerstag 14 – 18 Uhr

Freitag 14 – 18 Uhr

Samstag 9 – 13 Uhr

Bildquelle:

<https://www.istockphoto.com/de/search/2/image?phrase=waldmeister+bowle>

Rezeptquelle:

<https://eatsmarter.de/rezpte/bowle-mit-waldmeister-0>