

Wind- und Wetterdrinks

Draußen ist es kalt, es regnet und es stürmt. Für Sie heißt das: Vorsicht vor einer Erkältung. Meine VITALITÄT stellt Ihnen zwei Drinks vor, welche Ihnen bei diesem Wetter Energie und Kraft geben.

05.12.2016 - von MEINE VITALITÄT Redaktion

KaminfeuerFür 2 Personen benötigen Sie:

- 2 Teebeutel H&S Wohlfühltee Rooibos-Orange-Sanddorn
- 200 ml frisch gepresster Orangensaft
- 1 Stange Zimt
- etwas geriebener Ingwer
- 3 Nelken
- 1 Stück Sternanis
- 30 g aktiver Manuka-Honig (MGO 100+)

So bereiten Sie das Kaminfeuer zu:

Die Teebeutel mit 250 ml kochendem Wasser übergießen und 8 Minuten ziehen lassen. Anschließend den heißen Tee mit dem Orangensaft und den Gewürzen in einen Topf geben. Das Ganze leicht erhitzen, aber nicht zum Kochen bringen. Anschließend den Drink abseihen und in

<http://www.meine-vitalitaet.de/article/view/id/1371>

© 2019 MEINE VITALITÄT / Green Vital Media GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Eine Vervielfältigung ist nur mit Genehmigung durch die Green Vital Media GmbH gestattet

-

ein Teeglas gießen sowie nach Geschmack mit Manuka-Honig süßen. In Teegläser gießen und mit Orangenscheiben und Zimtstangen garnieren.

SchneegestöberFür 2 Personen benötigen Sie:

- 200 ml Ananassaft
- 200 ml Birnensaft
- 1/2 TL Zimt
- 2 Nelken
- 1 Stück Sternanis
- 3 EL Kokossirup
- Kokosflocken

So bereiten Sie das Schneegestöber zu:

Vermischen Sie zu Beginn den Ananassaft mit dem Birnensaft und geben Sie die Gewürze dazu. Alles nun für 5 Minuten erhitzen, ohne das Getränk zum Kochen zu bringen. Mit Kokossirup süßen. In Teegläser mit Kokosrand servieren.

Meine VITALITÄT wünscht viel Spaß beim Ausprobieren!