



Neues aus der Ah!-Küche

Waldmeister-Brause



Wenn ihr mal ein Getränk mit einem ganz besonderen Aroma kredenzen wollt, dann probiert doch mal Waldmeister-Brause aus. Waldmeister ist eine Pflanze, die ihr zum Beispiel im Unterholz von Buchenwäldern am besten zusammen mit einem erwachsenen Klugscheißer finden könnt. Ernten kann man Waldmeister aber nur im Mai oder Juni - bevor er blüht. Wenn ihr selber keinen findet, gibt es ihn in dieser Zeit auch auf dem Markt und im Obst- oder Gemüseläden zu kaufen.

Man nehme:

- einen Liter klaren Apfelsaft
- eine Zitrone
- Sprudelwasser
- 3 Gramm Waldmeister
- einen Teefilter
- einen Teefilterhalter
- eine Karaffe



Waldmeister entfaltet sein ganz besonderes Aroma erst, wenn er welk ist. Habt ihr ihn grade frisch geerntet oder auf dem Markt gekauft und wollt nicht über Nacht warten, legt ihn einfach ein paar Minuten ins Gefrierfach und lasst ihn anfrieren. Die Kälte dort lässt den Waldmeister auch welken - nur viel schneller. Gießt den Apfelsaft in eine Karaffe, zupft ca. 3 Gramm Blätter vom welken Waldmeister ab, steckt sie in den Teefilter und lasst sie 20 - 30 Minuten im Apfelsaft ziehen. Presst die Zitrone in den Apfelsaft aus. Fertig! Bewahrt den Saft im Kühlschrank auf. Wenn ihr euch ein Glas eingießen wollt, mischt immer noch ein guten Schuss Sprudelwasser dazu, damit es auch schön prickelt!



Gebt aber acht auf die Dosierung des Waldmeisters. Ihr solltet nicht mehr als die angegebenen 3 Gramm pro Liter Flüssigkeit nehmen. Der Stoff, den Waldmeister so lecker macht, ist nämlich in höherer Dosierung schädlich. Er kann zu Kopfschmerzen führen.



Auch solltet ihr den Waldmeister nicht zu lange ziehen lassen. Gut, dass er schon nach wenigen Minuten sein Aroma an den Apfelsaft abgibt!

Hm!!! LeckAh!