



Wir wünschen allen Lesern und Leserinnen

**frohe Weihnachten**

und einen guten Start in das neue Jahr 2021.

Ihre zet.Redaktion

Wir lieben heiße Getränke.

Ganz besonders mögen wir Punsch!

Machen Sie es sich doch mit unserem Apfel-Holunder-Punsch zu Hause gemütlich.

Wir wünschen Ihnen eine gute und gesunde Zeit!

Prost!



# Rezept für einen winterlichen Apfel-Holunder-Punsch

ohne Alkohol



Text und Fotos: Tanja Blum

## Das brauchen Sie für 2 Gläser Punsch:

- 1 Bio-Orange
- 300 Milli-Liter Apfel-Saft
- 200 Milli-Liter Holunder-Saft
- 4 Nelken
- 1 Zimt-Stange
- 2 Stern-Anis  
Stern-Anis ist ein Gewürz.  
Es sieht aus wie ein Stern.



- 40 Gramm weißer Kandis-Zucker

Haben Sie keinen Kandis-Zucker?

Dann können Sie auch normalen Zucker oder Honig nehmen.

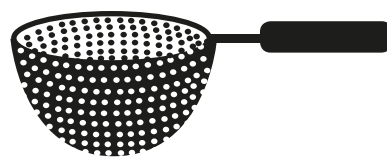
**Hinweis:** Sie können den Zucker auch weglassen.

Dann ist der Punsch weniger süß.

- Wenn Sie möchten: Ein bisschen Zitronen-Saft

## Das brauchen Sie außerdem:

- 1 Küchen-Sieb



## Tipp:

Wenn Sie die Gewürze nicht haben,

können Sie auch einen Tee-Löffel Lebkuchen-Gewürz nehmen.

## So machen Sie den Punsch:

1. Waschen Sie die Bio-Orange heiß und sehr gründlich ab.

2. Schälen Sie die Orange mit einem Spar-Schäler.

Sie brauchen die Orangen-Schale später.

Deswegen sollte so wenig wie möglich weiße Haut an der Schale sein.

3. Schneiden Sie die Orange in 2 Hälften und pressen Sie den Saft der Orange aus.

4. Geben Sie den Orangen-Saft mit dem Apfel-Saft und dem Holunder-Saft in einen Topf.

5. Geben Sie die Orangen-Schale, die Gewürze und den Zucker in den Topf.

6. Erhitzen Sie die Säfte mit den Gewürzen langsam. Lassen Sie den Punsch bei mittlerer Temperatur 5 bis 10 Minuten ziehen.

7. Rühren Sie noch einmal gut um.

Dann gießen Sie den heißen Punsch durch ein Sieb in 2 Tee-Gläser oder Tassen.

Wenn Sie möchten, können Sie am Schluss noch ein paar Tropfen Zitronen-Saft dazu-mischen.

**Prost!** 😊

