

7. Dein Johannisbeersaft für spritzige Drinks!

- Erfrischend anders -

200 g frische Johannisbeeren

500 ml Mineralwasser

2 EL Zucker

Minze für die Dekoration

**Sommerhit
für
2 Pers!**

SO GEHT'S:

1. Die Johannisbeeren gründlich waschen und von den Stielen entfernen.
2. Die Johannisbeeren in einem Mixer zu einer glatten Masse pürieren.
3. Das Johannisbeerpüree durch ein feines Sieb oder ein Mulltuch drücken.
4. Den Johannisbeersaft in einen Krug geben.
5. Zucker nach Belieben hinzufügen und umrühren.
6. Das Mineralwasser hinzufügen und leicht umrühren.
7. Mit Eiswürfel und Minze garnieren.



**TOTAL
LOKAL**
DIE 100 % NRW-ERNÄHRUNG

Nimm dies - statt das!

Dein Johannisbeersaft für spritzige Drinks!
Erfrischend saure Drinks gehören zum Sommer dazu! Zitronen sind zwar klassische Zutaten für säuerliche Erfrischungen, aber es gibt auch regionale Alternativen, die ebenso köstlich sind. Eine davon: Johannisbeeren. Die saftigen, roten Beeren sind reich an Säure und verleihen Getränken eine erfrischende Note. Du kannst mit frischen Johannisbeeren leckere und saure Erfrischungen zaubern und so Transportkilometer einsparen. Von spritzigen Limonaden bis hin zu fruchtigen Cocktails sind deiner Kreativität keine Grenzen gesetzt. Also probiere doch mal etwas Neues aus und genieße die säuerliche Erfrischung der regionalen Johannisbeeren.

TOTAL LOKAL - Die 100 % NRW-Ernährung

Die Kampagne zeigt dir Möglichkeiten auf, wie du mehr regionale Lebensmittel in deine tägliche Ernährung einbauen kannst. Mit etwas Kreativität und Wissen über Regionalität hat NRW viel Leckeres zu bieten, das nur entdeckt werden will.

Denn Regionalität macht Sinn! Durch kürzere Transportwege verbrauchen regionale Lebensmittel weniger Treibstoffe und du unterstützt mit deinem regionalen Einkauf lokale Landwirt:innen, die die regionalen Lebensmittel stets zum optimalen Zeitpunkt ernten. Außerdem unterstützt Regionalität besondere Lebensmittel, die bereits Kultstatus besitzen.

Hier gibt es mehr

TOTAL LOKAL: landservice.de

