

Chia-Cocktails: 7 fruchtige Power-Drinks mit Kick



Chia Samen als glibberiger Puttting, Chia-Brot, Chia in Smoothies, Chia in süßem Gebäck und Chia in den cremigen Overnight Oats – die kleinen energiereichen Samen erobern die Welt der trendbewussten Foodies und begeisterten Esser im Sturm.

Mit reichlich Eiweiß, Antioxidantien und Omega--Fettsäuren hat das Pseudogetreide so einiges zu bieten und ist besonders nährstoffreich. Doch nicht nur das. Die kleinen schwarzen Rabauken sind dazu noch besonders vielseitig, denn sie haben einen Trick auf Lager: Mischt man sie mit Wasser, fühlen sie sich so richtig wohl und machen sich breit. Schon nach kurzer Zeit vergrößern sie ihr Volumen um das Zehnfache und werden zu einem wabbeligen Brei – dem Chia-Gel.

Wabbeliger, glibberiger, gel-artiger Brei – da muss man doch irgendetwas mit anstellen können.

Nicht umsonst ist Wackelpudding bei klein und groß, bis heute so beliebt. Konsistenz ist alles und Glibber macht Spaß. Also die kreativen Hirnzellen angeschmissen und überlegt – was könnte man mit dem Chia-Glibber noch so schönes machen? In Smoothies lassen sich die Körnchen ja bereits immer häufiger entdecken. Man kann den glibberigen Brei also nicht nur löffeln, sondern auch schlürfen.

Wie wäre es dann mal mit spritzigen, erfrischenden

Cocktails, mit dem einzigartigen Chia-Kick? Die mussten in der Versuchsküche getestet werden. Und es hat sich gelohnt: Diese 7 Power-Cocktails mit Chia sind genial für den Sommer und ein echter Trinkspaß für die nächste Feierei. Wirklich faszinierend, wie man sich über kleine glibberige Körnchen im Glas so freuen kann.

Schluss mit Bubble Tea und Co. Hier kommen Chia-Cocktails!

Blaubeer-Hibiskus Chia-Chai

Chai Tee schmeckt nicht nur warm mit Milch, sondern auch eisgekühlt. Das beweist dieser Chia-Chai mit Blaubeeren, Hibiskus und Zimt. Verrührt mit einem Kleks Chia-Gel wird er zur beerigen Erfrischung an lauen Sommerabenden. [Zum Rezept](#)



[Blaubeer-Hibiskus Chia-Chai](#)

Chiapolitain

Wodka ist besonders klar. Im Chiapolitain bekommt das russische Wasser einen roten Farbtupfer durch Cranberrysaft und den perligen Blubber von Prosecco verpasst. Mit Chia Samen verfeinert ist dieser prickelnde Cocktail ein wahrer Hingucker. Ideal zum Anstoßen. [Zum Rezept](#)

Chia-Cocktails: 7 fruchtige Power-Drinks mit Kick



Chiapolitain



Chia-Minz-Eistee

Chia-Blaubeer-Mojito

In diesem Power-Drink ist richtig was los: Viele kleine Chia Samen schwimmen zwischen frischen Minzblättern, sauren Limetten und ganz viel Eis umher. Mit fruchtigen Blaubeeren und weißem Rum ist dieser Chia Mojito vor allem eines: richtig blau! [Zum Rezept](#)



Chia-Blaubeer-Mojito

Virgin-Chia-Fresca mit Gurke und Limette

Grüne Gurke trifft Chia Samen im Cocktailglas – klingt im ersten Moment komisch, schmeckt dafür aber umso besser und außergewöhnlicher. Die grüne, kühle Mischung löscht den Durst und bringt alle Chia Fans erfrischt durch den Sommer. [Zum Rezept](#)



Virgin-Chia-Fresca mit Gurke und Limette

Chia-Minz-Eistee

Bubble Tea war gestern – ab heute gibt es Chia-Eistee. Super gesund und dazu noch ganz schnell und einfach selbst gemacht. In frisch gebrühtem Pfefferminztee, drehen Chia Samen gemeinsam mit süßen Himbeeren ihre Kreise und lassen schnöden Eistee alt aussehen. Strohhalm rein, glücklich sein. [Zum Rezept](#)

Prickelnder Chia-Peach-Piccolo

Lust auf Urlaub? Exotisch wird es beim prickelnden Piccolo mit samtigem Pfirsich und eisigen Himbeeren. Die Chia Samen geben dem süß-fruchtigen Gemisch den ganz besonderen Pfiff. Der Chia- Piccolo versetzt alle Cocktail-Liebhaber von jetzt auf gleich in Urlaubsstimmung. [Zum Rezept](#)

Chia-Cocktails: 7 fruchtige Power-Drinks mit Kick



Chia-Peach-Piccolo

Chiapirinha

Klassiker neu aufgepimpt: Wer es sauer mag, liebt Caipirinha. Limetten, brauner Zucker, Cachaça und Eis. Mit einer extra Portion Chia Samen wird der traditionelle, brasilianische ‚Caipi‘ in Nullkommanix zum spritzigen Chiapirinha. Sauer macht lustig. [Zum Rezept](#)



Chiapirinha