

## Gurken-Ingwer-Limonade mit Minze

VORBEREITEN

40  
Min.

ZUBEREITEN

5  
Min.

NIVEAU



### Zutaten für 1 1/2 Liter

3 Gurken  
250 ml Wasser  
1 Stück Ingwer (1 cm)  
2 Teelöffel frische Minze (gehackt)  
8 Esslöffel Honig (flüssig)  
100 ml Zitronensaft  
100 ml Limettensaft  
500 ml Mineralwasser

### Für die Deko

1 Gurke  
Eiswürfel  
Minzblätter

Du denkst Gurke im Getränk funktioniert nur bei Gin Tonic? Falsch gedacht! Das beliebte Gemüse kann auch deiner Limonade eine herrlich frische Note verleihen. Zu Gurke und Zitrone gesellt sich in dieser Variante noch ein Stück Ingwer. Honig verleiht dem Getränk eine wunderbar natürliche Süße und Minze macht die sommerliche Aromensaure perfekt. Mit ihren gesunden und vitaminierten Zutaten kommt die Gurken-Ingwer-Limonade genau richtig, um an heißen Tagen Energie zu tanken.

- 1 -

Gurken waschen. Zwei Gurken halbieren und die Kerne mit einem Löffel auslösen. Ingwer schälen und fein hacken.

- 2 -

Entkernte Gurken und Ingwer mit Wasser in einen Standmixer geben und pürieren. Gurkenpüree durch ein feines Sieb filtern.

- 3 -

Minze, Honig, Zitronensaft und Limettensaft zusammen mit 2 Esslöffeln Wasser in ein Gefäß geben. Sehr gut verrühren, bis der Honig sich aufgelöst hat.

- 4 -

Gurkenpüree hinzufügen und vermischen. Mit Mineralwasser aufgießen.

- 5 -

Übrige Gurke längs halbieren und mithilfe einer Mandoline (oder mit dem Messer) einige dünne Streifen davon abteilen.

- 6 -

Gläser für die Limonade bereitstellen und die Innenwände mit je einem Gurkenstreifen auskleiden. Eiswürfel und Minzblätter zugeben. Mit Limonade aufgießen und servieren.