

KAPPES & BANANEN



FEINKOST HÖRSCHGENS

Rezepte für jeden Geschmack

Waldmeister-Mai-Bowle

Für ca. 12 Gläser:

Sie benötigen ein mittelgroßes Bündchen Waldmeister. Es dürfen auf gar keinen Fall schon Blüten daran sein, sobald das Kraut blüht, steigt der Gehalt an Kumin stark an und der Genuss kann zu Kopfschmerzen führen. Das Waldmeisterbündchen unter fließend kaltem Wasser abspülen. Dann gut trocken schütteln oder vorsichtig mit Küchenpapier trocken tupfen. Das volle Aroma entwickelt Waldmeister erst, wenn man ihn 1 Tag welken lässt, wer's eilig hat, friert ihn 15-20 min. ein.

1,5 Liter trockenen Weißwein in ein Bowlegefäß schütten. Das Waldmeisterbündchen mit Küchengarb so an einem Kochlöffel anbinden, dass nur die Blätter, nicht die Stiele im Weißwein hängen (sonst wird's bitter). Das Waldmeisterbündchen 20min. im Weißwein ziehen lassen, nicht länger, wegen des Kumarins, dann herausnehmen. Den Weißwein nach Bedarf süßen. Zitronenscheiben oder Beerenfrüchte hinzufügen. Mit $\frac{3}{4}$ Liter eiskaltem Sekt aufgießen.

Die alkoholfreie, bzw. Kindervariante funktioniert nach dem gleichen Prinzip, man nimmt nur anstatt Weißwein:Sekt im gleichen Verhältnis Apfelsaft:Sprudelwasser!