

## Informationen zur Sendung vom 09.07.2024

### Hibiskus-Spritz

Von Ulla Scholz

#### Zutaten (für ca. ½ Liter Hibiskus-Tee-Ansatz)

2 EL Hibiskustee (lose) oder 3 Teebeutel  
(Hibiskus)  
½ Vanilleschote  
1 EL Barsirup oder Agavendicksaft  
1 – 2 EL Bitter- Angostura oder einige  
Bitterstofftropfen  
½ unbehandelte Zitrone

#### Außerdem

4 große Eiswürfel  
4 Minz- oder Melissenblätter  
Frische Beeren  
Alkoholfreier Sekt zum Angießen

#### Zubereitung

Den Tee einige Stunden vorher zubereiten und nach Packungsanleitung ziehen lassen. Die Beutel oder das Sieb entfernen, dann mit Sirup oder Dicksaft süßen. Die Vanilleschote aufschneiden, halbieren und das Mark mit einem Messer herauschaben. Vanillemark und leere Schotenhälften in den Tee geben und mit Angostura oder Bittertropfen würzen. Die Zitrone waschen, dünn abschälen und die Schale in den Tee legen. Den Sud über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

Einen passenden Eiswürfelbereiter mit Beeren füllen, Wasser angießen und einfrieren.

#### Anrichten

In jedes Glas einen großen Eiswürfel legen und mit Tee so begießen, dass das Glas bis zur Hälfte gefüllt ist. Vor dem Servieren mit alkoholfreiem Sekt auffüllen.

#### Ullas Küchentipps

##### Hibiskus als Eistee

Wenn Hibiskus-Tee etwas schwächer als oben im Rezept angegeben angesetzt wird, kann er auch als Eistee zubereitet werden. Hier passt statt Vanille zum Beispiel eine Zimtstange zum Aromatisieren. Vielleicht einmal die Schale einer unbehandelten Orange im Tee mitziehen lassen und zum Süßen Honig oder Dicksaft nehmen. Im Gegensatz zu gekauftem Eistee kann jeder den Zuckergehalt selbst bestimmen. So ein Getränk ist frei von Zusatzstoffen. Statt Zitronensäure verwenden wir die Schale und den Saft einer echten Bio-Zitrone. Kinder lieben diese selbstgemachten Limos – allein die Farbe und die schöne Säure der Hibiskusblüte überzeugt.

Wer Freude am Dekorieren hat, kann - wie bei einem Cocktail – das Glas mit Früchten garnieren. Eiswürfel mit Beeren sind spannend und ganz im Trend liegen zurzeit bei Cocktails getrocknete Früchte. Eine knusprige Limetten- oder Orangenschale an den Rand gesteckt oder getrocknete, pulverisierte Beeren, die mit Zitronensaft am Glasrand anhaften, sehen ansprechend aus.

## Informationen zur Sendung vom 09.07.2024

### Hibiskus-Spritz

Von Ulla Scholz

#### Joghurtgetränke

In Ländern, wo es im Sommer sehr heiß wird, haben alkoholfreie Mixgetränke mit Joghurt eine lange Tradition. Lassi oder Ayran erfrischen und führen dem Körper Salz zu. Ein gut gemachter Ayran hat mit dem, was wir abgepackt im Supermarkt vorfinden, nichts zu tun. Wer ihn in einem guten türkischen Restaurant bestellt, bekommt einen Becher Ayran mit einer beeindruckenden Schaumkrone und viel Luft serviert. Auf die Art schmeckt das Joghurtgetränk wunderbar leicht.

#### **Ayran – türkischer Joghurtdrink**

400 g Naturjoghurt (mindestens 3,8 g Fett)

200 ml kaltes Wasser

1 unbehandelte Limette oder Zitrone

Etwas Salz

Melisse als Deko

#### **Zubereitung**

Den Joghurt zusammen mit dem Wasser und ein wenig Salz in einen Mixer füllen. Limetten- oder Zitronenschale hineinreiben. Eine halbe Frucht auspressen und den Saft zugeben. Auf höchster Stufe mixen, bis das Getränk schön schaumig wird. Den Ayran in halbhohe Wassergläser füllen. Die restliche Limetten- oder Zitronenhälfte in Scheiben schneiden, halbieren und zusammen mit Melisse an den Glasrand stecken.

**Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!**