

Zikila

presented by: PTS Ried im Innkreis

Zutaten für 1 Liter:

- Wasser
- 2 Kiwis
- 1 Zitrone
- 2 TL Lavendelblüten



90 Punkte



1,64 g pro 100 ml



2,01 € pro Liter

1. Die Lavendelblüten in ein Glas Wasser über Nacht einlegen. (Wenn's schnell gehen muss: Lavendelblüten vor Zubereitung in einer Pfanne anrösten und mit 300 ml Wasser aufgießen).
2. Zitrone auspressen, mit Kiwis pürieren und mit Wasser auffüllen.
3. Zum Schluss je nach Belieben 2–3 Esslöffel des Lavendelwassers beimengen.



Tipp:

Kiwi liefert nicht nur einen erfrischenden Säurekick, sondern auch Vitamin C!

