

## SOMMERLICHE HONIG-LIMONADE

### Zutaten

- 4 unbehandelte Zitronen
- 4 unbehandelte Limetten
- 5 Stiele Minze
- 8 EL Kasseler Stadthonig
- 250 ml stilles Wasser
- 750 ml sprudelndes Mineralwasser
- Eiswürfel



### Zubereitung

Als erstes von zwei Zitronen vorsichtig die Zesten abreiben. Hierbei ist es ganz wichtig, dass nicht die weiße Haut unter den Zesten abgerieben wird, da diese sehr bitter ist.

Die 250ml Wasser mit den Zesten und zwei Stielen Minze zum kochen bringen. Für 2-3 Minuten kochen und dann abkühlen lassen.

Wenn der Sud Körpertemperatur erreicht hat, sollten die Zesten und Minzstiele entfernt und der Honig untergerührt werden. Dabei ist es wichtig, dass der Sud nicht wärmer als 40 Grad Celsius ist, damit die guten Inhaltsstoffe des Honigs erhalten bleiben.

Nach dem vollständigen Abkühlen des Suds kann dieser mit gekühltem Mineralwasser aufgeossen werden. Aus den Zitronen und Limetten kann nun der Saft ausgepresst und zur Limonade hinzugefügt werden. Die restlichen Stiele Minze können als Dekoration in der Karaffe oder dem Glas benutzt werden. Das ganze mit Eiswürfeln auffüllen und genießen.

