

Orangen-Apfel-Holunderpunsch

ergibt 4 Tassen

Zutaten

1 Apfel
1 Orange unbehandelt/BIO
3 Orangen zum Auspressen (oder 4 dl Orangensaft)
2 dl Apfelsaft
0,6 dl Holunderblütensirup
5,5 dl Wasser
1 Zimtstange
evtl. etwas Honig zum nachsüßen

Zubereitung

Den Apfel schälen und in Schnitze teilen, mit dem Apfelsaft in einen Topf geben und aufkochen. 5 Minuten köcheln lassen, bis die Scheiben weich sind. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und beiseite stellen.

In der Zwischenzeit von der unbehandelten Orange 4 Scheiben abschneiden. Die restliche Orange sowie die weiteren drei Orangen auspressen.

Orangensaft, Holunderblütensirup und Wasser zum Apfelsaft in die Pfanne gießen, Zimtstange dazugeben. Den Punsch 10 Minuten köcheln lassen. Probieren ob dieser genug süß ist, sonst mit Honig oder nochmals etwas Holunderblütensirup nachsüßen.

Die Apfelstücke und die Orangenscheiben auf 4 Tassen verteilen und den heißen Punsch einfüllen.

