Rezept

Switchel – Ingwer-Essig-Limonade

Ein Rezept von Switchel – Ingwer-Essig-Limonade, am 17.05.2025

Zutaten

- **100 g** Ingwer
- **70 ml** Apfelessig
- **1200 ml** Wasser
- **70 g** Honig oder Ahornsirup
- **100 ml** Zitronensaft (frisch gepresst)

Rezeptinfos

Portionsgröße 6 Gläser | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min

Zubereitung

1. Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Dann bringst du das Wasser zum Kochen und lässt den Ingwer zwei Minuten mit köcheln. Danach den Ingwer etwa 20 Minuten im Wasser ziehen lassen. Je länger der Ingwer zieht, desto intensiver wird der Geschmack.

2. Den Honig oder Ahronsirup, den Apfelessig und den Zitronensaft in ein Gefäß geben. Danach wird einfach das Ingwerwasser über ein Sieb ebenfalls in das Gefäß füllt. Alles vermischen und fertig. Das Tolle ist, du kannst die gesunde Limonade im Sommer kalt und im Winter warm trinken!