

The image features three glasses of vibrant red, bubbly drinks, likely lemonades or sorbets, arranged on a light-colored wooden surface. The drinks are garnished with fresh red berries and sprigs of green mint. The background is softly blurred, showing more berries and a white cloth. A yellow-bordered white box is overlaid on the top half of the image, containing the title and subtitle.

Usch von der Winden

# LIMONADEN SOMMERDRINKS UND SORBETS

Usch von der Winden

LIMONADEN  
SOMMERDRINKS  
UND SORBETS

Weltbild



---

*Was gibt es im Sommer Schöneres als flirrendes Sonnenlicht in Blüten,  
Blättern und Früchten? Vor blauem Himmel tanzen quirlige Blütendolden –  
saftige Beeren reifen am Zweig und warten darauf, gepflückt und vernascht  
zu werden. Der Sommer lässt grüßen!*

# — INHALT —

---

**EISKALT GENIESSEN 4**

.....

**SAFTHERSTELLUNG 8**

.....

**LIMONADEN 10**

.....

**SOMMERDRINKS 46**

.....

**SORBETS UND GRANITÉS 68**

.....

**REZEPTVERZEICHNIS 108**

.....

**DANK 110**

.....

**IMPRESSUM 112**

Hummeln und Bienen – unermüdete Helfer im Blütenrausch





# —+ EISKALT GENIESSSEN +—

---

*Wippende Blütendolden, üppige Früchteträume, blitzende Sonnenkringel und strahlend-blauer Himmel durch winkende Obstzweige – so lockt der Sommer! Limonaden und Sommerdrinks wie Bowle, Sorbet und Granité sind vom lauen Frühling, den vollen prallen Sommer hindurch und bis in den milden Herbst hinein unsere perfekt erfrischenden Begleiter.*

## LIMONADEN

Limonaden blicken zurück auf ein bewegtes Leben und erfinden sich immer wieder neu, obgleich die Grundbestandteile einmal lediglich Wasser und ein wenig Zitronensaft waren – die Beliebtheit dieses erfrischenden Kaltgetränkes ist über Jahrhunderte ungebrochen, wengleich sich seine Zusammensetzung immer wieder ein wenig ändert. Limonaden sind heute ganz generell – vereinfacht ausgedrückt – alkoholfreie Erfrischungsgetränke aus Tafelwasser, Zucker, Frucht- oder anderen Aromazusätzen sowie Kohlensäure. Seit dem 16. Jahrhundert wurde Wasser mit den unterschiedlichsten Zutaten aromatisiert. Noch blieb der Genuss von Limonade den wohlhabenden Schichten vorbehalten, denn die Ingredienzien wie Zitronen oder Gewürze waren kostspielig. Ihren Namen verdankt die Limonade übrigens den Zitronen bzw. Limonen, die lange Zeit den geschmacklichen Ton angaben.

Doch der Siegeszug der Limonade war nicht aufzuhalten, ganz gleich, ob die Rede von »limonada«, »limonade« oder »lemonade« war. Die englische Variante, »lemon squash«, ein Konzentrat aus Wasser, Zucker und Zitronensaft, machte das Getränk gegen Ende des 19. Jahrhunderts schließlich populär. Die industrielle Vermarktung ließ nicht lange auf sich warten. Den größten Erfolg konnte Johann Jacob Schweppe verbuchen, der ein Verfahren, Wasser mit Kohlensäure zu versetzen, erfand. Schweppe konnte nicht einmal ahnen, welche Vielfalt an Limonaden unterschiedlichster Couleur es heute gibt.

## SOMMERDRINKS & BOWLEN

Das ist pures Sommerfeeling im Glas! Aus saftigen Früchten, prallen Beeren und vitaminreichen Gemüsen werden mit exotischen Gewürzen, knackigen Eiswürfeln und vielem mehr superfrische Drinks.

Unter ihnen erlebt die Bowle ein fulminantes Comeback. Der Begriff »Bowle« geht auf das englische »bowl« für »Schüssel« zurück. Vor allem gut gekühlt sollte das Getränk sein und so wurde einst ein Gefäß in ein anderes gestellt und das innere von außen mit Eis gekühlt. Gefrorene Früchte oder Säfte als Bestandteil des Getränks trugen ein Übriges zum kalten Genuss bei. Die bekannteste und eine der ältesten Bowlen dürfte die Maibowle mit Waldmeister sein.

Die Bowle sollte sich bis in die 1970er-Jahre zu einem der beliebtesten Partygetränke entwickeln. Heute wird die Bowle wieder entdeckt – frischer, leichter und in vielen Varianten. Ob mit oder ohne Alkohol, bleibt dabei dem Genießer überlassen. Entscheidend ist das richtige Ansetzen einer Bowle: Frisch müssen die Zutaten sein und Zucker kommt nur dann ins Spiel, wenn Früchte oder Kräuter selbst nicht allzu süß sind. Am besten lässt sich der Süßegrad mit Läuterzucker variieren. Auch unsere jungfräulichen Cocktails wie etwa der »Virgin Mojito« sorgen ganz ohne Alkohol für beste Stimmung.

## SORBETS

Ursprünglich handelte es sich bei einem Sorbet oder Scherbet um ein nichtalkoholisches, sehr kaltes Getränk aus Eisschnee, Fruchtzusatz und gelegentlich geschlagenem Eiweiß. Das Getränk ist arabischen beziehungsweise persischen Ursprungs; dort diente es bereits etwa im 17. Jahrhundert als kleine Erfrischung zwischen den Menügängen. Wegen seiner aufwendigen Zubereitung und Kühlung wurde es nur zu festlichen Anlässen gereicht. Auch bei der Zubereitung von kühl-cremigen Sorbets findet die Zitrone oft Verwendung. Seit dem Ende des 19. Jahrhunderts werden Sorbets, auch Halbgefrorenes, verstärkt als Zwischengang im Rahmen einer Menüfolge gereicht und dienen gleichermaßen der Anregung von Appetit wie Verdauung. Genauso beliebt sind Sorbets bis heute als eiskalte Desserts, für deren Zubereitung Sie nicht einmal eine Eismaschine benötigen.

## GRANITÉS

Ein Granité – oder italienisch eine »granita« – ist eine besonders in Sizilien beliebte Süßspeise. Frucht- oder Kräuterpüree wird mit Läuterzucker gesüßt und nicht zu fest gefroren. Die entstehenden Kristalle werden dann geschabt. Ein Granité ist knackiger als ein »weiches« Sorbet. Die Möglichkeiten zur Aromatisierung sind auch hier unbegrenzt.

Fruchtig-gesunder Genuss: Himbeeren





---

*Lassen Sie sich nun zum Genuss frisch-spritziger Limonaden und Sommerdrinks verführen!  
Kombinieren Sie traditionelle und neue Geschmacksideen miteinander,  
bestimmen Sie selbst die Mischungsverhältnisse oder kreieren Sie Ihren eigenen Drink.  
Hinein ins eiskalt-prickelnde Vergnügen!*





# SAFTHERSTELLUNG

In Limonaden, Sommerdrinks & Co schmeckt nichts besser als frisch gepresste Säfte aus eigener Ernte, vom Obsthof oder aus dem Bio-Laden. Oder einfach pur genießen!

*Diese Menge an Früchten benötigen Sie jeweils, um 1 Liter Saft zu erhalten:*

<b>ÄPFEL</b>	1,8 kg
<b>APRIKOSEN</b>	1,4 kg
<b>BIRNEN</b>	1,7 kg
<b>BROMBEEREN</b>	1,5 kg
<b>ERDBEEREN</b>	1,3 kg
<b>HIMBEEREN</b>	1,8 kg
<b>HOLUNDERBEEREN</b>	1,8 kg
<b>JOHANNISBEEREN (ROT)</b>	1,5 kg
<b>JOHANNISBEEREN (SCHWARZ)</b>	1,7 kg
<b>KIRSCHEN</b>	1,8 kg
<b>PFIRSICHE</b>	1,7 kg

Frisch gepresster Fruchtsaft enthält viel Fruchtfleisch und sollte bald getrunken werden. In eine Flasche abgefüllt hält er sich im Kühlschrank gut verschlossen zwei bis drei Tage.

»Fruchtbomben« für leckere Sommergetränke auf einen Blick.





# — LIMONADEN —

---

**12 ERDBEER-WEINTRAUBEN-LIMONADE**

**13 SOMMERLIMONADE**

**14 ERDBEER-CHILI-LIMONADE**

**17 FRÜCHTELIMONADE**

**18 GRÜNER-APFEL-MATCHA-LIMONADE**

**21 GUNDERMANN-GIERSCH-LIMONADE**

**22 HIMBEER-MELISSE-LIMONADE**

**25 HOLUNDERLIMONADE**

**26 INGWERLIMONADE**

**28 KAKTUSFEIGEN-ZITRONEN-LIMONADE**

**29 ZITRONENLIMONADE**

**30 KIRSCH-PFEFFER-LIMONADE**

**32 MELISSENLIMONADE**

**35 MINZLIMONADE**

**36 VERBENEN-PETERSILIEN-LIMONADE**

**39 KÜRBIS-ORANGEN-LIMONADE**

**40 TRAUBENLIMONADE**

**43 KRÄUTERLIMONADE**

**44 MAIBOWLEN-LIMONADE**

**45 ZITRONEN-GINGER-ALE-LIMONADE**

# ERDBEER-WEINTRAUBEN-LIMONADE MIT MELISSE

Die Zitronenmelisse waschen und trocken schütteln. Den Früchtetee nach Packungsangabe zubereiten. Dann zwei Stängel Zitronenmelisse zugeben und den Tee für mindestens 30 Minuten bei Zimmertemperatur ziehen lassen, danach kalt stellen.

Die Erdbeeren putzen und in Stücke schneiden. Die Weintrauben waschen, halbieren und gegebenenfalls entkernen.

Erdbeeren, Weintrauben, Zucker und kalten Tee fein pürieren. Anis zugeben und gut unterrühren. Alles in ein größeres Gefäß geben, Mineralwasser und Zitronensaft aufgießen. Nach Belieben Eiswürfel dazugeben.

## *Zutaten* für etwa 4 Gläser

*6 Stängel Zitronenmelisse, 2 Beutel Früchtetee, 200 g Erdbeeren, 200 g Weintrauben, 2 EL Rohrzucker, 1 gute Prise gemahlener Anis, 400 ml Mineralwasser, frisch gepresster Saft von 1 Zitrone und Eiswürfel nach Belieben*

Hier lacht die fruchtige Pracht des Sommers.



# SOMMERLIMONADE

## COOLE BEEREN

Die Zitronenfilets mit dem Zucker und den Minzeblättchen in einen Topf mit 1 Liter Wasser geben und sprudelnd aufkochen lassen. Den Topf vom Herd nehmen und alles ca. 15 Minuten ziehen lassen. Danach durch ein Sieb passieren.

Die Granatapfelkerne und die Heidelbeeren vorsichtig in den noch heißen Sud geben. Sobald der Sud abgekühlt ist, die Beeren abschöpfen und beiseitestellen. Den Sud durch ein feines Sieb passieren und erkalten lassen.

Die Beeren auf die Gläser verteilen und mit dem kalten Sud aufgießen. Wer mag, einige Eiswürfel ins Glas geben. Die Gläser mit den Zitronenscheiben und den Minzestängeln dekorieren.

### *Zutaten* für etwa 6 Gläser

150 g filetiertes Zitronenfruchtfleisch, 60 g Rohrzucker, 5 g getrocknete Minzeblättchen, 40 g getrocknete Granatapfelkerne, 200 g frische Granatapfelkerne, 100 g Heidelbeeren, Eiswürfel nach Belieben, 6 Zitronenscheiben (von unbehandelten Früchten) zum Dekorieren und 6 Stängel Minze, gewaschen und trocken geschüttelt, zum Dekorieren

### NOTIZEN

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

*Der Zusammenklang von Sommerbeeren und Zitrone gibt den absoluten Frischekick! Heidelbeeren und Granatapfel sind wahre Vitaminsbomben für die Gesundheit.*



# ERDBEER-CHILI-LIMONADE

## MIT FEINEM FRUCHTMOUSSE

### NOTIZEN

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Die Erdbeeren putzen und klein schneiden. Die Limetten auspressen und 100 ml Limettensaft beiseitestellen. Die geschnittenen Früchte, den Limettensaft und den Zucker fein pürieren, bis ein sämiges Erdbeermousse entstanden ist.

In einen dickbauchigen Krug füllen, das Chilipulver sowie die Chilifäden zugeben und langsam verrühren. In einem weiteren Krug das kalte Mineralwasser mit dem restlichen Limettensaft dazustellen, Eiswürfel nach Belieben zugeben und genießen.

### *Zutaten* für etwa 6 Gläser

1 kg Erdbeeren, 3 Limetten, 3 EL Rohrzucker, 1/2 TL Chilipulver, 1/2 TL Chilifäden, 500 ml Mineralwasser und Eiswürfel nach Belieben



.....

*Chili passt besonders gut zum Aroma der Erdbeeren.  
Eine total scharfe Kombination!*







---

*Der Apfelsaft in diesem Krug hat unglaublich viele Aromen – unter  
Schatten spendende Bäume setzen und ganz bewusst genießen!*