

# Pfirsich-Melonen Bowle mit Winterhilfe-BIRNEL



200g	Melonen, reif
200g	Pfirsiche, reif
etwas	Zitronenmelisse
5-6 EL	Winterhilfe-BIRNEL
3 dl	Fruchtsaft
1 dl	Mineralwasser mit Kohlensäure

Vorbereitung: 10 Min.

Zubereitung: 10 Min.

Niveau: Leicht

**Bowlen! Wer denkt da nicht an laue Sommernächte unterm Sternenhimmel?**

Dieses variantenreiche Getränk lässt sich mit allen Früchten des Sommers geniessen. Mit oder ohne Alkohol.

**Tipp:**  
Erhöhung des Spassfaktors: Servieren Sie Ihre Bowle in einem ungewöhnlichen Gefäss oder Trinkglas.

Eviva!

1. Pfirsiche und Melone klein schneiden (oder Kugeln ausstechen) und zusammen mit Zitronenmelisse in eine Schüssel geben.
2. Winterhilfe-BIRNEL und 2dl Fruchtsaft verrühren, über die Früchte leeren und zugedeckt für mehrere Stunden im Kühlschrank marinieren.
3. Vor dem Servieren restlichen gekühlten Fruchtsaft und das Mineralwasser (plus allfällig Weisswein oder Prosecco, einen Schuss Grand Marnier oder Kirsch) darüber giessen. Mit Zitronenmelisse, Zitronenscheibe, Pfefferminz garnieren.

# Originelle Getränke mit BIRNEL

...

...

## Morning-Drink

3 Äpfel

vierteln, Kerngehäuse entfernen,  
Fruchtviertel in Stücke schneiden.

3 dl Apfelsaft

2 dl Milch

2 Becher Naturejoghurt à 180 g

5 EL BIRNEL

Alle Zutaten in den Mixer geben und pürieren.  
In 4 Gläser füllen und kalt servieren.

...

## Sanddorn-Bananen-Shake

1–2 gut reife Bananen

5 dl Milch

1 dl Rahm

1–2 EL BIRNEL

1–2 EL Sanddornsafte

Alle Zutaten in den Mixer geben und schaumig mixen.  
In Gläser füllen und kalt servieren.

**TIPP!**

*Zur Abwechslung anstelle von Sanddornsafte 20–30 g  
Kakao begeben.*

...

## Kohlrabi-Äpfel-Drink

360 g Joghurt nature

1 Zitrone

4,5 dl Apfelsaft

300 g Kohlrabi , fein gerieben

150 g Äpfel, fein gerieben

2 EL BIRNEL

von der Zitrone 4 EL Saft und wenig abgeriebene  
Schale zusammen mit allen anderen Zutaten  
in den Mixer geben.

Mixen, bis der Drink fein und schaumig ist.  
In 4 hohe Gläser füllen und kühl servieren.

# Originelle Getränke mit BIRNEL

...

...

## Birnen-Drink

**2 Birnen**

vierteln, Kerngehäuse entfernen,  
Fruchtviertel in Stücke schneiden.

**3 dl Apfelsaft**

**2 dl Milch**

**2 Becher Naturejoghurt à 180 g**

**5 EL BIRNEL**

Alle Zutaten in den Mixer geben und pürieren.

In Gläser füllen und kalt servieren.

...

## Mandel-Milch

**200 g Mandeln**

geschält, gemahlen

**1 l Milch**

Milch und Mandeln aufkochen und 10 Minuten  
sanft köcheln lassen. Absieben und Mandeln gut  
ausdrücken.

**4 EL BIRNEL**

**3 EL Maraschino**

**0,5 dl Rahm**

**4 EL Pistazienkerne, gehackt**

Die Mandelmilch mit dem BIRNEL verrühren  
und nach Belieben mit Maraschino abschmecken.  
In Gläser füllen und mit geschlagenem Rahm  
und Pistazien garnieren.

...

## Himbeer-Melonen-Bowle

**200 g Melone**

**200 g Himbeeren**

Klein schneiden oder Kugeln ausstechen,  
mit den Himbeeren in eine Schüssel geben.

**5–6 EL BIRNEL**

**3½ dl Apfelsaft**

**1½ dl Mineralwasser  
mit Kohlensäure**

BIRNEL und 2 dl Apfelsaft verrühren, über die Früchte  
leeren und 6–10 Stunden zugedeckt bei Zimmer-  
temperatur marinieren. Restlichen Apfelsaft und  
Mineralwasser darübergießen. Kühl servieren.

**TIPP!**

*Anstelle von Apfelsaft Weisswein verwenden.*

# Originelle Getränke mit BIRNEL

...

2 Orangen  
2 Birnen  
4 EL BIRNEL  
4 TL flüssiger Honig  
ca. 5 dl Mineralwasser

...

## Orange-Birnen-Drink

halbieren und Saft auspressen.

entkernen und klein schneiden.

Orangensaft, Birnenstücke, BIRNEL und Honig im Mixer pürieren und in 4 Gläser verteilen;

auffüllen mit Mineralwasser.

1 frisches Eigelb  
2 EL BIRNEL

...

## Energiespender

gut mischen

2 Orangen (Saft)  
1 Zitrone (Saft)

zugeben, gut verrühren.

Glasrand mit Zitronenscheibe garnieren.

2 Beutel Lindenblütentee  
1 TL Hagebutten-  
oder Karkadete  
¼ Zimtstange  
1 Spitze Sternanis  
1 Nelke  
2–3 EL BIRNEL  
½ dl Zitronensaft

...

## Apfelpunsch

in Krug geben

5 dl Apfelsaft  
5 dl Wasser

aufkochen, dazuleeren, ziehen lassen, absieben.

1 Orange

schälen, in Schnitze schneiden, in Teeglas geben, heißen Apfelpunsch dazugiessen.

**TIPP!**

*Apfelpunsch kalt servieren:*

*1 Apfel und 1 geschälte Orange klein schneiden, in Glaskrug geben, mit kaltem Apfelpunsch übergiessen.*

# Originelle Getränke mit BIRNEL

...

...

## Holunder-Drink

**2,5 dl Apfelsaft**  
**3–4 EL BIRNEL**  
**1 Päckchen Vanillezucker**  
**250 g Holunderbeeren**  
**1 Msp. Zimt (nach Belieben)**

Apfelsaft, BIRNEL, Vanillezucker und Holunderbeeren aufkochen. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Minuten köcheln. Mit dem Stabmixer pürieren, evtl. Zimt beifügen, auskühlen lassen und 1–2 Stunden kühl stellen.

**7,5 dl Apfelsaft, gekühlt**  
**1,8 dl nordische Sauermilch**

Apfelsaft und Sauermilch begeben und nochmals mixen.

In vorgekühlte Gläser geben und mit Zitronenmelisse oder Holunderblüten garnieren.

**TIPP!**

*Anstelle von nordischer Sauermilch kann auch Nature-Joghurt verwendet werden.*

...

## Halloween-Punsch

**1 grosser Potimarron-Kürbis**  
**(200 g Kürbisfleischkugeln)**

Vom Kürbis im oberen Drittel, evtl. zackenförmig, einen Keil herausschneiden. Kerne und Fasern mit einem Löffel entfernen. Mit einem Apfelsausstecher vom Kürbisfleisch 200 g Kugeln ausstechen, beiseite stellen. Kürbis gut aushöhlen. Restliches Kürbisfleisch für eine Suppe verwenden.

**1 l Apfelsaft**  
**5 dl Wasser**  
**4 EL BIRNEL**  
**1 Päckchen Vanillezucker**  
**1 EL Ingwerwurzel, gehackt**  
**1 Zimtstängel**

Apfelsaft, Wasser, BIRNEL, Vanillezucker, 3–4 Stücke Orangenschale und Saft der einen Orange aufkochen. Ingwer in ein Tee-Ei oder Gazetüchlein packen, mit dem Zimtstängel zum Punsch geben. Kürbiskugeln beifügen, 5–8 Minuten köcheln.

**2 Äpfel**  
**Saft von 3–4 Orangen**

Äpfel schälen und in kleine Stücke schneiden und mit dem Saft der 3–4 Orangen ebenfalls zugeben, weitere 5–8 Minuten köcheln. Gewürze und Schalen entfernen. Punsch abschäumen. Heiss servieren.

**TIPP!**

*Ausgehöhlten Kürbis im auf 200 °C vorgeheizten Backofen ca. 10 Minuten heiss werden lassen. Punsch evtl. portionenweise im Kürbis anrichten.*