

Nelson Müller | Ingwer-Shot

Zutaten:

- 200 g Ingwer
- 2 EL Honig
- 1 TL Kurkuma
- 1 Limette
- Apfelsaft
- Mineralwasser
- Optional: Minze

Zubereitung:

Ingwer waschen und in dünne Scheiben schneiden. Zusammen mit Honig und Kurkuma in einem Mörser zusammendrücken. Alternativ in einen TK-Beutel füllen und mit Pfanne/Topf platt drücken.

Die angedrückte Masse in eine Karaffe füllen und mit Apfelsaft und Mineralwasser nach Belieben auffüllen. Der Ingwer kann mehrmals aufgegossen werden.

Rezept: Nelson Müller

Quelle: Einfach! Täglich! Mitkochen!