kela
Fühl Dich Zuhause.

Leichte Sommerbowle

ZUTATEN:

¾ Liter	Orangensaft, gerne frisch gepresst
750 g	frische Erdbeeren oder alternativ jeweils 250 g Erdbeeren, Himbeeren und Heidelbeeren je nach Vorliebe
1	unbehandelte Bio-Zitrone
2 Zweige	Zitronenmelisse
¾ Liter	eisgekühltes Mineralwasser
1,5 Liter	eisgekühlter Sekt oder Prosecco, wahlweise mit oder ohne Alkohol
	Eiswürfel aus Orangensaft

ZUBEREITUNG:
Früchte waschen, große Erdbeeren halbieren oder vierteln. Die Früchte in das Bowlegefäß geben.
Die Zitrone gut abwaschen und in dünne Scheiben schneiden, mit den abgezupften und gewaschenen Zitronenmelisseblättchen zu den Früchten geben. Vor dem Servieren das eisgekühlte Mineralwasser, den Orangensaft und anschließend den Sekt zugeben. Vorbereitete Orangensafteiswürfel in die Bowle geben.

ALTERNATIV:
Statt Orangensaft zuzugeben, einen Tetrapack Orangensaft oder anderen Fruchtsaft im Gefrierschrank einfrieren, Verpackung dann entfernen und kurz vor dem Servieren in das Bowlegefäß stellen, so dass der "Obelisk" oben herausschaut.
Statt Eiswürfel aus Orangensaft: In normale Eiswürfel können auch vor dem Einfrieren Zitronen- oder Limonenschnitze, Heidelbeeren oder Himbeeren gesteckt werden.

Erfrischende Wassermelonenbowle

ZUTATEN:

½	mittelgroße Wassermelone, möglichst kernlos
2 EL	Zucker (kann auch weggelassen werden)
1	Bio-Zitrone
½ Flasche	Wodka
2 Zweige	Minze und/oder Zitronenmelisse je nach Geschmack
½ Flasche	Weißwein
½ Liter	Erdbeersaft
½ Liter	Zitronenlimonade
½ Liter	Zitronen-Sorbet
1 Flasche	Prosecco

Eiswürfel und Mineralwasser je nach Geschmack

ZUBEREITUNG:
Die Wassermelone in 2 cm große Würfel schneiden und ggf. Kerne entfernen. Zucker und Zitronensaft darüber geben und in einem großen Topf 3 Stunden zusammen mit dem Wodka und den Minzzweigen ziehen lassen. Wein, Erdbeersaft, Limonade, Prosecco und Zitronensorbet kurz vor dem Servieren zur Bowle geben. Mineralwasser und Eiswürfel nach Belieben dazu geben.

ALTERNATIV:
Als alkoholfreie Variante alkoholfreien Wein und Prosecco verwenden. Wodka weglassen und statt dessen 1 Liter Zitronen-Limonade verwenden. Dazu frisch gepressten Zitronensaft geben.

Tipps Die Qualität der Bowle hängt natürlich von der Qualität des Weins und Sekts ab.
Die Früchte müssen reif und frisch sein und dürfen nicht zerdrückt werden. Sie können auch vorab mit etwas Zucker bestreut oder in Traubenlikör mariniert werden. Das bringt das Fruchtaroma besonders gut zur Geltung.
Bowle wird eisgekühlt serviert, die ideale Serviertemperatur liegt bei 6-8 °C.