

# Maibowle



## Zutaten:

- 1 kleines Bündel Waldmeister (nicht blühend)
- 150g Zucker
- 2 Zitronen (ungespritzt)
- 1 Orange
- 1 Flasche Apfelsaft
- 1 Flasche Mineralwasser

Den Waldmeister kurz abschneiden, so dass man viel Blatt und wenig Stängel hat.

Das Kraut waschen, abtrocknen  
und zu einem Bündel zusammenbinden.

Das Bündel etwas liegen lassen, bis der Waldmeister leicht welk ist.

Eine Zitrone und die Orange auspressen  
und zusammen mit dem Apfelsaft in eine Bowlenschüssel geben.

Die zweite Zitrone in Stücke schneiden und  
zusammen mit dem Zucker ebenfalls in die Bowle geben.  
Alles gut verrühren und den Waldmeister in die Bowle legen.

Den Waldmeister nicht zu lange in der Bowle lassen.

Manchen reicht schon eine Zeit von 20 Minuten,  
andere mögen es etwas bitterer und  
lassen den Waldmeister 30 bis 40 Minuten in der Bowle.

Man sollte also auf jeden Fall probieren.

Den Waldmeister aus der Bowle holen und die Bowle kaltstellen.

Vor dem Servieren die Flasche Mineralwasser in die Bowle gießen.

Die Zitronenstückchen  
kann man - nach Geschmack - in der  
Bowle lassen oder rausnehmen.