

Winterlicher Orangen-Beeren-Punsch mit Honig für 2 Tassen

Zutaten

- 350 ml Beerensaft nach Wahl (z. B. Heidelbeer-, Cranberry- oder Johannisbeersaft)
- 100 ml frisch gepresster Orangensaft
- 2 kleine Zimtstangen
- ½ EL ganze Gewürznelken
- ½ Sternanis
- ½ Vanilleschote (der Länge nach aufgeschnitten)
- 1 kleines Stück frischer Ingwer (etwa 1 cm, in Scheiben)
- ½ Bio-Orange, gewaschen und in Viertel geschnitten
- 1 Spritzer Zitronensaft
- 1–1½ EL Honig (nach Geschmack)
- Eine Handvoll gefrorene Beeren

Tipp:

Ein Schuss Rum oder Amaretto für die Erwachsenen



GESUND UND LECKER

Wenn du den Punsch besonders aromatisch magst, kannst du ihn schon am Vortag vorbereiten und die Gewürze über Nacht im Kühlschrank im Saft ziehen lassen. Am nächsten Tag einfach nochmal erwärmen - der Duft ist himmlisch!

Zubereitungszeit: ca. 10 Minuten

Zubereitung

1. Säfte erhitzen: Beerensaft und Orangensaft in einen kleinen Topf geben und leicht erhitzen (nicht kochen).
2. Gewürze zugeben: Zimtstangen, Nelken, Sternanis, Vanille, Ingwer und die Orangenviertel in den Topf geben.
3. Verfeinern: Zitronensaft und Honig hinzufügen, gut umrühren und alles für etwa 10–15 Minuten bei niedriger Hitze ziehen lassen.
4. Abseihen: Danach durch ein feines Sieb gießen, damit die Gewürze entfernt werden.
5. Beeren & Deko: Die gefrorenen Beeren in den heißen Punsch geben und kurz ziehen lassen, bis sie weich sind.
6. In Tassen füllen und mit Zimtstange, Orangenscheibe, Sternanis und einem kleinen Rosmarinzweig dekorieren.