

Bananen-Kokos-Shake

Zutaten für 2 Portionen:

- 1 EL Kokosflocken
- 1 kleine Dose Kokosmilch (160 ml)
- 400 ml fettarme Milch
- 2 EL Limettensaft
- 1 EL Vanillezucker
- 1 Banane (150 g)



Zubereitung:

Die Kokosflocken in einer Pfanne ohne Fett hellbraun rösten.

Die Kokosmilch und die fettarme Milch in ein hohes Gefäß geben und den Limettensaft und Vanillezucker zugeben.

Die Banane schälen, grob in Stücke schneiden und zur Milch geben.

Alles mit einem Schneidstab fein pürieren, bis sich der Zucker gelöst hat.

In Gläser füllen und mit den Kokosflocken garnieren.



Virgin Mojito

Zutaten für 1 Portion:

½ -1 Limette (ca. 2,5 cl Limettensaft)

1 EL Rohrzucker

5 cL Zitronenlimonade

2 Stängel Minze

6cl Soda



Zubereitung:

Die Limette zunächst mit dem Handballen auf dem Tisch leicht andrücken und rollen.

Dann die Limette aufschneiden und eine Scheibe zur Dekoration des Glases abschneiden.

Die restliche Limette auspressen und den Limettensaft zusammen mit dem Rohrzucker im Glas verrühren.

Eiswürfel in das Glas füllen und die Zitronenlimonade zugeben.

Die Minze hinzugeben, mit Soda auffüllen und alles gut verrühren.



Virgin Tocco Rosso

Zutaten für 1 Portion:

4 cl Bitter-Sirup

2 cl Holunderblütensirup

6 cl alkoholfreier Sekt

Frische Minze



Zubereitung:

Den Bitter-Sirup und den Holunderblütensirup in ein Sekt- oder Weinglas füllen und mit dem alkoholfreien Sekt – gut gekühlt – auffüllen.

Zum Schluss mit frischer Minze garnieren und mit ein paar zusätzlichen Eiswürfel genießen!

