

## Apfelimonade

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

- 1 Apfel
- 1 T Mineralwasser
- 2-3 TL Zitronensaft (optional)
- 1 TL Melasse

- Apfel halbieren, Kerngehäuse entfernen.
- Jede Hälfte in 4 Segmente teilen, schälen.
- Mit den restlichen Zutaten in einen Mixer geben, mixen.

**Variante:** Wer den strengen Melassegeschmack nicht mag, kann stattdessen ein anderes flüssiges Süßungsmittel (Obstdicksaft etc.) verwenden.