

FEIERN!

DAS GOLDENE VON GU



GLÄNZENDE REZEPTE FÜRS BÜFETT,
ZUM GÄSTEVERWÖHNEN UND MITBRINGEN

G|U

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

IMPRESSUM

eBook: © 2025 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH,
Grillparzerstraße 12, 81675 München

GU ist eine eingetragene Marke der GRÄFE UND UNZER
VERLAG GmbH

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise,
sowie Verbreitung nur mit schriftlicher Genehmigung des
Verlages. Die automatisierte Analyse des Werkes, um
daraus Informationen insbesondere über Muster, Trends und
Korrelationen gemäß § 44b UrhG (»Text und Data Mining«)
zu gewinnen, ist untersagt.

www.gu.de/kontakt | hallo@gu.de

ISBN 978-3-8338-9637-8

1. Auflage 2025

GuU 8-9637 04_2025_02

DIE BÜCHERMENSCHEN HINTER DEM PROJEKT

Verlagsleitung: Eva-Maria Hege

Projektleitung: Alessandra Redies

Lektorat: Katrin Wittmann

Korrektorat: Adriane Andreas

Covergestaltung: ki36 Editorial Design, Sabine Krohberger,
München

eBook-Herstellung: Teresa Klocker

BILDNACHWEIS

Coverabbildung: Hans Döring

Illustrationen: The Noun Project

Fotos: Klaus Arras, Markus Bassler, Mona Binner, Barbara Bonisolli, Oliver Brachat, Becca Crawford, Vivi D'Angelo, Klaus-Maria Einwanger, EISING STUDIO | FOOD PHOTO & VIDEO Martina Görlach, Fotos mit Geschmack - Ulrike Schmid und Sabine Mader, Maria Grossmann und Monika Schuerle, Julia Hoersch, JUNI, Silvio Knezevic, Kramp + Gölling Fotodesign, Coco Lang, Mathias Neubauer, Michael Ruder, Jörn Rynio, Wolfgang Schardt, Anke Schütz, Thorsten Suedfels, Katrin Winner

Unser E-Book enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Im Laufe der Zeit können die Adressen vereinzelt ungültig werden und/oder deren Inhalte sich ändern.

WERDE TEIL DER GU-COMMUNITY

Du und deine Familie, dein Haustier, dein Garten oder einfach richtig gutes Essen.

Egal, wo du im Leben stehst: Als Teil unserer Community entdeckst du die neuesten GU-Bücher als erstes, du genießt exklusive Leseproben und wirst mit wertvollen Impulsen und kreativen Ideen bereichert.

Worauf wartest du? Sei dabei! www.gu.de/gu-community

 www.instagram.com/gu.verlag/

 www.facebook.com/gu.verlag

 hallo@gu.de

 de.pinterest.com/guverlag/

 de.linkedin.com/company/gräfe-und-unzer-verlag-gmbh

 www.youtube.com/user/gubuchvideo



WARUM UNS DAS BUCH BEGEISTERT

15 Jahre »Die Goldenen von GU« – diesen sensationellen Erfolg kann man einfach nicht besser feiern als mit einem neuen Goldenen genau zu diesem Thema!

Eva-Maria Hege, Verlagsleitung

LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

wie wunderbar, dass du dich für ein Buch von GU entschieden hast! In unserem Verlag dreht sich alles darum, dir mit gutem Rat dein Leben schöner, erfüllter und einfacher zu machen. Unsere Autorinnen und Autoren sind echte Expertinnen und Experten auf ihren Gebieten, die ihr Wissen mit viel Leidenschaft mit dir teilen. Und unsere erfahrenen Redakteurinnen und Redakteure stecken viel Liebe und Sorgfalt in jedes Buch, um dir ein Leseerlebnis zu bieten, das wirklich besonders ist.

Qualität steht bei uns schon seit jeher an erster Stelle – jedes Buch ist von Büchermenschen für Buchbegeisterte gemacht, mit dem Ziel, dein neues Lieblingsbuch zu werden.

Deine Meinung ist uns wichtig, und wir freuen uns sehr über dein Feedback und deine Empfehlungen – sei es im Freundeskreis oder online.

Viel Spaß beim Lesen und Entdecken!

P.S. Hier noch mehr GU-Bücher entdecken: www.gu.de

WICHTIGER HINWEIS

Die Gedanken, Methoden und Anregungen in diesem Buch stellen die Meinung bzw. Erfahrung des Verfassers dar. Sie wurden vom Autor nach bestem Wissen erstellt und mit größtmöglicher Sorgfalt geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für persönlichen kompetenten medizinischen Rat. Jede Leserin, jeder Leser ist für das eigene Tun und Lassen auch weiterhin selbstverantwortlich. Weder Autoren noch

Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gegebenen praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.

 Mit diesem Symbol sind alle vegetarischen Rezepte gekennzeichnet.



BRUNCH

FRÜHSTÜCK MEETS LUNCH

Herzlich willkommen!

Stellen Sie sich vor, es ist Sonntagmorgen 11 Uhr: Ihre Gäste klingeln an der Tür, bei Ihnen zu Hause riecht es nach frisch gebrühtem Kaffee und auf dem Esstisch warten Schüsseln und Schalen gefüllt mit lauter Leckereien. Herzhaft und süß. Warm und kalt. Von fluffigen **Pancakes** bis zu würzigen **Quesadillas**. Das hört sich gut an? Dann ist ein Brunch genau das Richtige für Sie und Ihre Liebsten. Der Brunch ist eine Mahlzeit, bei der **Frühstück** und **Mittagessen** miteinander verschmelzen. Bei dem Begriff handelt es sich um eine Kombination aus den englischen Wörtern für Frühstück (Breakfast) und Mittagessen (Lunch). Eine **Uhrzeit** dazwischen ist daher ein gut gewählter Startzeitpunkt. Dabei soll es vor allem easy und relaxed zugehen. Das Motto lautet: Bloß keine Eile!

Planung in Perfektion

Überlegen Sie sich, welche Rezepte Sie zubereiten möchten – und wie viele. Halten Sie die **Anzahl der Gerichte** möglichst gering, für die Sie noch morgens am Herd stehen müssen (z. B. Waffeln oder Rührei). Servieren Sie dafür mehr Speisen, die Sie schon 1-2 Tage zuvor vorbereiten können (z. B. Aufstriche, Salate). Wählen Sie vor allem bei vielen Gästen nichts, was à la minute zubereitet wird. Überprüfen Sie Ihre Küchenschränke: Haben Sie genügend **Geschirr** und **Besteck**? Und vor allem ausreichend **Schüsseln**, um all die Speisen darin zur **Selbstbedienung** auf den Tisch zu stellen? Sollte nicht genügend Platz auf Ihrem Esstisch sein, richten Sie einen separaten Tisch als **Büfett** her (Tipps [Seite 174](#)).



WOHLFÜHLATMOSPHERE Servietten oder Gedecke mit Namensschildern heißen die Gäste persönlich willkommen.

Keine kalten Sachen

Machen Sie sich Gedanken über

Warmhaltemöglichkeiten. Denn bei einem Brunch kommen zwar alle Speisen gleichzeitig auf den Tisch, aber es empfiehlt sich, sie erst einmal nur in kleinen Mengen zu servieren. Der Rest wartet wohltemperiert im Hintergrund auf dem Herd oder im Ofen auf seinen Einsatz. Eine **Warmhalteplatte** ist die Profi-Lösung für solche Anlässe. Doch es klappt auch ohne diese Extra-Ausstattung. So können Pfannkuchen z. B. auf vorgeheizten Tellern und mit Alufolie bedeckt warmgehalten werden. Bei einer größeren

Menge können Sie die Pfannkuchen bei 40–50° in den **Backofen** stellen. Für Eiergerichte aller Art, ebenso für Wedge Potatoes und Co., eignet sich ein **Stövchen** gut, meistens versehen mit einem Teelicht als Wärmequelle.

OVERNIGHT-EXPRESS

Smart ist es, wenn Sie Rezepte wählen, die Sie **am Tag vorher** bereits fix und fertig zubereiten können. Ein Reissalat (Rezept [Seite 40](#)) schmeckt noch besser, wenn er über Nacht durchziehen kann. Auch Blätterteigzubereitungen lassen sich gut vorbacken und am nächsten Tag nur noch kurz im Ofen erwärmen. Manche Gerichte gehören sogar über Nacht in den Kühlschrank wie die beliebten Overnight Oats (Rezept [Seite 10](#)).



HOCHGESTAPELT Auf Etageren lassen sich kleine Kuchen oder Snacks hübsch anrichten.

Aus der Backstube

Ein Must-have für den Brunch sind die Backwaren. Rechnen Sie mit 2 **Brötchen** pro Person, wenn Sie noch weitere Speisen anbieten.

Seien Sie bei der Auswahl kreativ: z. B. Dinkel-, Laugen-, Kürbiskern- oder Partybrötchen, bei denen gleich mehrere Stücke wie zu einem Kranz geformt aneinandergereiht sind. Denken Sie auch an **Süßes**: Wie wäre es mit Rosinenbrot, Croissants oder Franzbrötchen? Amerikanisch wird es, wenn Sie sich für **Bagels** entscheiden (z. B. Mohn, Sesam). Das Gebäck mit dem Loch in der Mitte lässt sich ausgefallen dekorieren: Bagels können z. B. auf eine Kordel aufgefädelt und aufgehängt werden. Auf Nummer sicher gehen Sie, wenn Sie Ihre Wunschartikel einen Tag vorher in der **Bäckerei** vorbestellen. Wer **Selbstgebackenes** servieren

will, kümmert sich am besten frühzeitig darum. In einem Brotkasten oder in einem Brotbeutel (z. B. aus Leinen) halten sich die Backwerke je nach Sorte rund 3 Tage lang frisch. Beim Servieren wickeln Sie Brot und Brötchen in eine Stoffserviette. Das sieht schön aus und hält frisch Gebackenes noch warm.

Köstliches für obendrauf

Richten Sie eine Wurst- und eine **Käseplatte** her, bei der alle zugreifen können. Achten Sie beim Käse darauf, dass für jeden Geschmack etwas dabei ist: z. B. milder Gouda, kräftiger Gorgonzola, cremiger Ziegenfrischkäse. Als essbare **Deko** passen dazu Trauben, Feigen, Walnüsse, Chutney und Grissini. Eine **Wurstplatte** können Sie nach Belieben mit Parmaschinken, Salami, Mortadella und anderen Sorten bestücken. Passend dazu garnieren Sie die Platte mit Oliven, herzhaften Crackern, Kirschtomaten und Gurkenscheiben. Sowohl bei Wurst als auch bei Käse sollten Sie auf die Platte erst einmal nur wenige Scheiben pro Person auflegen. Schließlich sind die Platten nur zwei von vielen Komponenten. Halten Sie **Nachschub** zum Auffüllen im Kühlschrank bereit. Vergessen Sie außerdem nicht, ein paar **Basics** bereitzustellen: Salz, Pfeffer, Butter, Honig, Marmelade.



KRÄUTERFRISCH Wählen Sie für Flavoured Water Früchte und Kräuter wie Minze, Rosmarin oder Basilikum.

Zum Einschicken

Denken Sie vor dem Getränkekauf darüber nach, wer Ihre Gäste sind. Trinken alle gerne **Champagner** und **Sekt** oder könnte gerade bei herzhaften Speisen (z. B. Weißwürste und Laugenbrezel) ein **Bier** gewünscht sein? Sind Kinder dabei, die Sie mit einer **Saftschorle** glücklich machen können? Außerdem unverzichtbar: **Kaffee, Tee** und **Wasser**, still und sprudelnd. Rechnen Sie anfangs mit 2 Tassen Kaffee pro Person. Am einfachsten ist es, wenn Sie eine **Filterkaffeemaschine** verwenden. So können Sie gleich mehrere Kannen (ggf. mit Thermofunktion) kochen und unkompliziert warmhalten. Für alle Drinks, die gekühlt werden müssen, gilt: Rechtzeitig in den **Kühlschrank** stellen und **Eiswürfel** parat haben. Crushed Ice oder verschiedene Eiswürfelgrößen gibt es an Tankstellen und in

der TK-Abteilung von Supermärkten in großen Beuteln zu kaufen. Alternativ können wiederverwendbare Eiswürfel genutzt werden: Sie lassen sich mit Wasser befüllen und einfrieren.

Erfrischend anders

Gerade für einen Brunch ist **Flavoured Water** ein guter Einfall, denn es schmeckt herrlich frisch und sieht in durchsichtigen Karaffen dekorativ aus. Außerdem spendiert das aromatisierte Wasser Ihren Gästen nebenbei eine Extraportion Vitamine und Mineralstoffe. Geben Sie z. B. Zitronen-, Limetten- oder Orangenscheiben in eine Glaskaraffe und füllen Sie diese mit kaltem Wasser auf. Auch die Kombination aus Gurke, Zitrone und Minze schmeckt toll. Sommerlich wird es mit Blaubeeren, Himbeeren oder Wassermelonenstücken, exotisch mit Ingwer und Mango (Rezept [Seite 13](#)).

Brunch mit Schwips

Wer seine Gäste mit einem edlen Tröpfchen verwöhnen möchte, kann dem Trend des »**Boozy Brunchs**« folgen. »Boozy« ist Englisch und bedeutet so viel wie »betrunken«. Am beliebtesten für diesen Event ist ein Drink namens **Mimosa**. Die Zubereitung ist sehr einfach: Füllen Sie ein Sekt- oder Champagnerglas zu einem Drittel mit gekühltem Orangensaft und zu zwei Dritteln mit Sekt oder Champagner auf. Wer mag, gibt eine Orangenscheibe dazu. Für den italienischen Cocktail-Klassiker **Bellini** brauchen Sie weißes Pfirsichpüree und Prosecco. Geben Sie ein Viertel gekühltes Püree in das Glas und füllen Sie den Rest unter Rühren mit Prosecco auf. Sie suchen einen **Cocktail** mit mehr Umdrehungen? Perfekt zum Brunch-Motto »Sonnenaufgang« passt der **Wodka Sunrise**. Oder Sie verpassen Ihren Gerichten zusätzlich einen Schwips. Geben Sie z. B. 1

EL Whisky in den Pancaketeig oder füllen Sie Ihre Eclairs mit Eierlikörcreme.

Mix und Match

Ihre Gäste sollen beim Brunch etwas zu tun haben? Überraschen Sie Ihre Liebsten mit einem **Smoothie-** oder **Bowl-Büfett**. Dazu stellen Sie ihnen einen »Baukasten« mit vielen kleinen Schüsseln zur Verfügung – mit Zutaten wie Haferflocken, Granola, Lein-, Chia-, Hanfsamen, Sesam, Gojibeeren, Kokosflocken, Kakaonibs, Nüssen, frischem Obst (Beeren, Bananen, Äpfel, Kiwis, Melonen), Orangensaft sowie Joghurt, Skyr oder (Pflanzen-)Milch. Die Zutaten dürfen nach Herzenslust zur **Frühstücksbowl** gemischt oder im Mixer zum **Smoothie** püriert werden. Erstellen Sie eine Karte als **Anleitung**, auf der sie ein paar gute Kombinationen vorschlagen. Ein köstlicher Smoothie entsteht z. B. aus Banane, Mango, Joghurt, Mandelmilch und Hanfsamen (Rezept [Seite 12](#)). Haben Sie keine Zeit, ein **Granola** (gebackene Haferflocken mit Nüssen, Samen und Honig) im Backofen herzustellen (Rezept [Seite 8](#)), nehmen Sie die Pfanne: einfach Haferflocken und gehackte Mandeln bei mittlerer Hitze ohne Fett ein paar Minuten anrösten.



Farbenfroh Lassen Sie Ihre Brunch-Gäste die bunten Smoothie-Zutaten selbst kombinieren.

Dress it up

Mit der passenden **Dekoration** machen Sie Ihren Brunch zu einem festlichen Anlass in **Wohlfühl-Atmosphäre**. Aber Achtung: Da auf dem Tisch etliche Schüsseln und Platten stehen werden, sollte er nicht schon mit Deko überladen sein. Wählen Sie eine hübsche Tischdecke, Servietten, ein paar Blumen und Kerzen oder eine Girlande zum Aufhängen. Suchen Sie Ihre Dekoration nach einem Motto oder passend zur Jahreszeit aus und setzen Sie auf Naturelemente wie Tannenzweige im Winter oder Wiesenblumen im Sommer.

QUICK-CHECK

2-3 Tage vorher: Getränke und lagerfähige Zutaten kaufen; Dekoration besorgen; Küchenausstattung, Geschirr und Besteck überprüfen und bei Bedarf noch alles Fehlende im Freundeskreis oder bei der Familie ausleihen

1 Tag vorher: frische Zutaten einkaufen; ggf. Brot backen oder Brötchen in der Bäckerei vorbestellen; möglichst viele Gerichte oder deren Komponenten zubereiten (z. B. Salate, Quiche, Obst schneiden, Platten anrichten) und in den Kühlschrank stellen; Getränke kaltstellen

Bevor die Gäste kommen: Backwaren besorgen; Gerichte aufwärmen, restliche Speisen zubereiten (z. B. Pancakes, Eier) und warmhalten; Kaffee/Tee kochen; Speisen in Schüsseln auf den Tisch/das Büfett stellen



LIEBLINGSKLASSIKER

HONIG-NUSS-GRANOLA

mehr als Frühstück – Knuspergenuss pur

Für 850 g Granola

Zubereitungszeit ca. 15 Min.

Backzeit 30 Min.

pro Portion (30 g) ca. 170 kcal

300 g Nussmischung (nach Belieben; z.
B. Cashewkerne, Hasel- und Walnusskerne)

100 g gehobelte Mandeln

100 g Buchweizenflocken

50 g Sesam

50 g Chia-Samen

3 EL Kokosmehl

3 EL Kokosblütenzucker · Salz

1 Prise Zimtpulver

80 g Kokosöl

80 g Honig

80 g getrocknete Kirschen

- 1.** Den Backofen auf 175° vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Die Nüsse grob hacken und in eine große Rührschüssel geben. Gehobelte Mandeln und Buchweizenflocken sowie Sesam, Chia-Samen, Kokosmehl und Kokosblütenzucker hinzufügen. Zuletzt 1 Prise Salz und etwas Zimt dazugeben und alle Zutaten kräftig durchmischen.
- 2.** Kokosöl und Honig in einer Schüssel über einem heißen Wasserbad erhitzen und verrühren. Die Mischung anschließend über die trockenen Zutaten in der Schüssel gießen und alles gut vermengen.

3. Die Granolamasse auf dem Backblech gleichmäßig verteilen, mit einem Teigschaber festdrücken und anschließend im vorgeheizten Ofen ca. 20 Min. backen.
4. Das Backblech kurz aus dem Ofen nehmen, die getrockneten Kirschen untermengen und alles erneut festdrücken. Das Müsli weitere 5–10 Min. backen, bis es lecker duftet und gut gebräunt ist.
5. Die Granolamasse aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen, auseinanderbrechen und luftdicht verpacken. Das Granola innerhalb von 4 Wochen verbrauchen.

AROMA-TIPP

Hervorragend schmeckt dieses Knusper-Granola mit Walnüssen, Pekannüssen und Haselnüssen. Aber auch Cashewkerne, Macadamianüsse oder Pistazien entfalten ein feines Aroma. Der eigenen Kreativität sind bei der Komposition eines Nuss-Granolas keine Grenzen gesetzt.



OVERNIGHT OATS MIT ROTEN TRAUBEN

abends in den Kühlschrank stellen, morgens genießen

Für 2 Personen

Zubereitungszeit ca. 10 Min.

Ruhezeit 12 Std.

pro Portion ca. 560 kcal

80 g zarte Haferflocken

150 g Kokosmilch

150 ml roter Traubensaft

1 Stück Bio-Ingwer (ca. 2 cm lang)

150 g rote Trauben · 30 g Haselnusskerne

1 EL Agavendicksaft

2 EL getrocknete Maulbeeren

1. Die Haferflocken in einem Einmachglas oder in einer Schüssel gründlich mit der Kokosmilch und dem Traubensaft vermengen. Das Ganze verschlossen bzw. abgedeckt im Kühlschrank über Nacht quellen lassen.
2. Am nächsten Morgen den Ingwer waschen und trocken tupfen, dann reiben und etwa 1 TL davon zur Haferflockenmischung geben.
3. Die Trauben waschen, trocken tupfen und halbieren. Die Haselnusskerne grob hacken. Beides ebenfalls zur Mischung hinzufügen.
4. Die Overnight Oats auf zwei Schalen verteilen, jeweils mit etwas Agavendicksaft beträufeln und mit Maulbeeren garniert servieren.

GUT ZU WISSEN

Ingwer in Bio-Qualität am besten mitsamt der Schale verwenden, weil direkt unter der Schale viele wertvolle Inhaltsstoffe in konzentrierter Form stecken – ähnlich wie beim Apfel.



HIRSE-PORRIDGE MIT FEIGEN

supergesund mit Weizengras

Für 2 Personen

Zubereitungszeit ca. 20 Min.

Ruhezeit 2 Std.

pro Portion ca. 450 kcal

100 g Hirseflocken

250 ml Mandelmilch

1 Stück Bio-Ingwer (ca. 2 cm lang)

1 EL Honig 1 EL Weizengraspulver

2 Feigen · 1 Kaki

3 EL geschälte Hanfsamen

APEROL SPRIZZ MIT ZITRONENGRANITA

besonders erfrischend

Für 4 Portionen (ca. 650 ml Granita)

Zubereitungszeit ca. 30 Min.

Kühlzeit 12 Std.

pro Portion ca. 295 kcal

120 g Zucker · 1 Bio-Zitrone

750 ml halbtrockener Weißwein

8 cl Aperol

Außerdem:

1 flache Form (ca. 18 × 30 cm)

4 dünne Zitronenscheiben für die Dekoration

- 1.** Die Form ins Tiefkühlgerät stellen. In einem kleinen Topf (20 cm Ø) den Zucker mit 200 ml Wasser aufkochen. Bei niedriger Hitze 2–3 Min. köcheln lassen, bis sich der Zucker gelöst hat. Den Topf vom Herd nehmen und den Sirup vollständig auskühlen lassen.
- 2.** Die Zitrone heiß abwaschen und trocken tupfen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen. Den Zuckersirup mit 350 ml Weißwein, Zitronenschale und -saft verrühren. Den restlichen Weißwein kühl stellen. Die Mischung in die gefrostete Form gießen und ins Tiefkühlgerät stellen. Nach ca. 2 Std. die Masse mit einer Gabel oder dem Schneebesen durchrühren. Diesen Vorgang drei- bis viermal alle 30 Min. wiederholen. Sobald die Granita fester wird, nur noch mit der Gabel auflockern. Die fertige Granita mindestens 8 Std. oder über Nacht im Tiefkühlgerät durchfrieren.

3. Zum Servieren die Zitronengranita mit einem Löffel etwas lösen und sofort auf gefrostete Weißweingläser verteilen. Mit je 2 cl Aperol und dem restlichen Weißwein aufgießen. Mit je 1 Zitronenscheibe dekorieren und die Granita mit einem langen Löffel servieren.

PARTY-TIPP

Die Zitronengranita gleich in größerer Menge vorbereiten, denn den leckeren Drink wollen sicher alle Ihre Gäste probieren.



LIEBLINGSKLASSIKER

HOLUNDER-KRÄUTER-BOWLE

Ein Hoch auf den Sommer!

Für 10 Gläser (à 200 ml Inhalt)

Zubereitungszeit ca. 15 Min.

Marinierzeit 30 Min.

pro Glas ca. 180 kcal

2 Bio-Zitronen

1 Bio-Orange

5 Stängel Minze

$\frac{1}{4}$ l Holunderblütensirup

$\frac{3}{4}$ l trockener Weißwein

$\frac{3}{4}$ l trockener Sekt

2 Holunderblütendolden (falls vorhanden)

20 Gänseblümchenblüten

Außerdem:

reichlich Eiswürfel

- 1.** Die Zitronen und die Orange heiß waschen und trocken tupfen, dann die Zitrusfrüchte in dünne Scheiben schneiden. Die Minze abbrausen und trocken schütteln. Die Blättchen nach Belieben abzupfen.
- 2.** Die Zitronen- und Orangenscheiben, die Minze, den Holunderblütensirup sowie die Hälfte des Weißweins in ein großes, weites Glasgefäß (Bowlgefäß) geben und alles zugedeckt ca. 30 Min. ziehen lassen. Währenddessen den restlichen Wein und den Sekt kühl stellen.
- 3.** Reichlich Eiswürfel zum Ansatz hinzufügen und umrühren. Den restlichen Wein und den Sekt dazugießen.