

Mein Fruchtjus

© Joachim Brendel

Zutaten für 4 Personen

2 St Pfirsiche, weiß
2 St Orangen
2 St Bananen
1 St Vanilleschoten
400 ml Mineralwasser
etwas Zucker



Zubereitung

Das Mark aus der Vanilleschote schaben. Die Orangen entsaften. Die Pfirsiche halbieren, schälen und entsteinen (es können zur Not auch gelbfleischige sein). Die Bananen schälen.

Den Orangensaft mit dem Vanillemark, den Pfirsichen und den Bananen im hohen Gefäß mit dem Pürierstab fein verarbeiten. Das so entstandene Fruchtjus kann nun, je nach Geschmack, mit Mineralwasser, Tafelwasser o. ä. gestreckt werden. Am besten weiter pürieren und das Wasser dabei zugeben. Nach Bedarf etwas zuckern.

Nach längerem Stehen (z.B. über Nacht im Kühlschrank) kann das Jus eindicken. Einfach wieder mit etwas Wasser verdünnen.

Das Jus ist vielfältig verwendbar, nicht nur als Grundlage für Getränke, sondern auch für Quark, Joghurt, Pudding, Eis, etc.

Die Alkoholvariante

Je nach Geschmack mit Sekt, Champagner, Prosecco, weißem Rum, Vodka, Campari oder anderem auffüllen.

Schmeckt erfrischend, ist vitaminreich, möbelt wieder auf und macht was her. Prost.