



■ foto :: tuve

# Glühpunsch

**Wind, Regen, pusekalt.**

**Jetzt muss Wärme her!**

Ein Glühpunsch wirkt wie warme Sonnenstrahlen im Bauch und schmeckt schön sommerfruchtig.

**Wie geht es?**

Einfach pro Person ein Glas Kirschsafft, Holundersaft oder Saft von schwarzen Johannisbeeren in einen Topf geben und auf dem Herd erwärmen.

Den Saft einer ausgepressten Mandarine dazugeben und eventuell mit einem Teelöffel Honig noch leckerer machen.

Wohl bekomm's!