



## Monardenlimonade

Li-Monarde oder Limonade?

Etwa 3-8 Blütenköpfe der scharlachroten oder rosa Goldmelisse werden mit den zwei obersten Blättern zusammen gepflückt und mit 1/2 l siedendem Wasser aufgegossen. Die Kanne sollte abgedeckt werden. Nach dem Abkühlen (im Kühlschrank) den Saft von 1-2 Zitronen hinzugeben und nach Belieben süßen. Mit 1/2 l stark kohlen-säurehaltigem, gekühltem Mineralwasser aufgießen. Außerdem eignen sich noch viele andere Kräuter für Limonade: Zitronenverbene, weisse Melisse, Anisysop, Lavendelblüten, Minzen, Lemon-Myrte...