Verbraucherzentrale Südtirol
Finanziert vom MIMIT D.D. 12. Mai 2025

info@verbraucherzentrale.it

Gurkenschalen-Limonade

Gemüse
Für die Verwertung von Gurkenschalen
Getränke
Rezeptidee der Verbraucherzentrale Südtirol

Zutaten für 1 Karaffe Limonade:

- 2 bis 3 Zitronen oder Limetten
- Schalen von 1 Gurke
- etwas frischer Ingwer
- n.B. 3 bis 5 EL Zucker
- 800 ml Wasser
- evtl. Eiswürfel

Zubereitung:

Die Zitronen oder Limetten auspressen. Den Saft mit den (gewaschenen) Gurkenschalen und der Hälfte des Wassers in eine Karaffe geben und zugedeckt im Kühlschrank ziehen lassen. Ein Stückchen Ingwer waschen, in Scheiben schneiden und in einem Topf mit dem restlichen Wasser und dem Zucker kurz aufkochen lassen. Auskühlen lassen und ebenfalls im Kühlschrank aufbewahren. Am folgenden Tag die Ingwerscheiben entfernen.

Das Gurkenschalen-wasser mit dem Ingwersud vermischen, alles im Standmixer pürieren und durch ein feines Sieb gießen. Die Limonade je nach Geschmack mit Eiswürfeln servieren.

Zeitaufwand: rund 15 bis 20 Minuten plus Zeit für das Ziehenlassen