

Silvester Vitaminbombe

Zutaten:

250 ml ungesüsster Sanddornsaft

750 ml naturtrüber, ungesüsster Apfelsaft

1 TL Zimt

3 EL Honig

4 Zimtstangen



Zubereitung:

Sanddornsaft, Apfelsaft, Zimt und Honig in einen Topf geben und leicht aufkochen. Anschließend in Gläser füllen und mit einer Zimtstange servieren.

Sanddorn trägt den Beinamen: die Zitrone des Nordens. Zurecht, denn die kleinen orangefarbenen Beeren enthalten zehnmal mehr Vitamin C als Zitronen. Perfekt also, um seinem Immunsystem in der kalten Jahreszeit etwas Gutes zu tun.

