

## Erfrischender Sommerblütenmost

7 dl Apfelmost  
¼ Zitrone in Scheiben oder Schnitzen  
1 Handvoll Sommerblüten & Kräuter  
3 dl kaltes Kohlensäurehaltiges Wasser  
Evtl. einige Beeren



Den Apfelsaft in eine Glasflasche füllen, Zitrone, Sommerblüten und Kräuter beifügen und gut schütteln. In verschlossener Flasche 1-2 Tage im Kühlschrank ziehen lassen. Vor dem Servieren Mineralwasser und nach Belieben wenig frische Beeren dazugeben.

Verwendet werden kann, was der Garten an essbaren Blumen und Kräutern hergibt z.B:

Rosenblüten, Ringelblumen, Kornblumen, Gänseblümchen, Malve, Goldmelisse, Lavendel, Rosmarin, Zitronenmelisse, Thymian, Majoran, Zitronenverbene...