



# Grapefruit-Orangen-Limonade

 Dauer  
15 min.

 Schwierigkeit  
Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Orangen	2 St.
Grapefruit	3 St.
Rohrzucker	5 EL
Minze, frisch	20 g
Eiswürfel	4 EL
Wasser	800 ml

## Zubereitung

Orange heiß waschen, etwa 1 TL Schale fein abreiben, halbieren und Saft auspressen. Grapefruits ebenfalls halbieren und Saft auspressen. In einem hohen Gefäß Orangenschale, -saft und Grapefruitsaft mit Zucker verrühren. Minze waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und zugeben.

Kühl stellen und vor dem Servieren mit Eiswürfeln auf Gläser verteilen und mit Mineralwasser aufgießen. Grapefruit-Orangen-Limonade nach Belieben garnieren und servieren.

Viel Freude beim Genießen!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	152 kcal		
Kohlenhydrate	38 g	Ballaststoff	5 g
Eiweiß	2 g	Fette	0 g