



# Rotweinbowle mit Trauben und Orangen



Zeit gesamt  
25min

Zubereitungszeit  
25min

Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 10 Portionen

Orangen	5 St.
Rohrzucker	50 g
Honig	30 g
Zimtstange	1 St.
Wasser	100 ml
Weintrauben, rot	100 g
Weintrauben, hell	100 g
Rotwein, trocken	750 ml
Sekt, trocken	750 ml

## Zubereitung

 Küchenutensilien

große Schüssel, kleiner Topf

1. Zunächst 1 Orange heiß waschen und mit einem Sparschäler 2–3 Stücke Schale dünn abschälen. In einem Topf Schale mit Zucker, Honig, Zimtstange und Wasser aufkochen, ca. 1–2 Min. köcheln, dann ganz abkühlen lassen und durch ein Sieb gießen.
2. Anschließend 1 Orange waschen, halbieren und auspressen. Übrige Orangen waschen und mit einem scharfen Messer so dick schälen, dass auch die weiße Innenhaut mit entfernt wird. Durch v-förmige Schnitte Orangenfilets herausschneiden, dabei den Saft auffangen. Trauben waschen und halbieren.
3. In einer Schüssel Orangensaft, abgekühlten Sirup und Rotwein mischen und abschmecken. Orangenfilets und Trauben zufügen und zugedeckt im Kühlschrank durchziehen lassen. Bowle auf Gläser verteilen und mit gut gekühltem Sekt aufgießen.

Zum Wohl!

Tipp: Am besten schmeckt es, wenn du die Bowle mit Früchten ca. 1 Std. im Kühlschrank ziehen lässt. Zum Servieren dann nur noch mit Sekt aufgießen.

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 206 kcal

---

Kohlenhydrate 25 g

---

Eiweiß 2 g

---

Ballaststoffe 2 g

---

Fette 0 g

---