



FEIGE-MINZE-WASSER

1, 2, Detox! So einfach geht unser leckeres Feige-Minze-Wasser. Die fruchtige Süße der Feigen und die Frische der Minze sorgen für einen leichten und angenehmen Geschmack. Feigen sind kalorienarm und enthalten jede Menge verdauungsfördernde Ballaststoffe, Magnesium und Kalium - ein echter Alleskönner für Deine Gesundheit!

ZUTATEN

Für 1 L:

4 Feigen
6-7 Minzblätter
1 L stilles Wasser

ZUBEREITUNG

Die BODDELS Glaskaraffe SUND mit stillem Wasser auffüllen. Feigen vierteln und abwechselnd mit den Minzblättern auf den Fruchtspieß der BODDELS Glaskaraffe SUND stecken. Über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Dieses Wasser kannst Du anschließend in die BODDELS Trinkflasche EEN 600 ml umfüllen und als gesunde Erfrischung beim Sport genießen.

boddels®

Mehr Rezepte für Infused Water, Smoothies, Tees und andere gesunde Getränke findest Du auf www.boddels.de