

## Orangen-Punsch

- einfach
- mittel
- schwierig



Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.  
Ergibt ca. 1 Liter

- 4 dl Orangensaft
- 6 dl Wasser
- 3 Nelken
- 1–2 Esslöffel Ahornsirup
- 1 Zimtstange
- 1 Stück Ingwer, ca. 2 cm lang, geschält



1. Orangensaft, Wasser, Nelken und Ahornsirup in einer Pfanne verrühren.
2. Zimtstange in Stücke brechen, begeben. Ingwer in Scheibchen schneiden, begeben.



3. Aufkochen, Platte ausschalten, Punsch auf der warmen Platte ca. 15 Min. ziehen lassen, in einen Krug absieben.



Pro dl: 0 g Fett, 0 g Eiweiss, 5 g Kohlenhydrate, 82 kJ (19 kcal)