



Mit  gemacht



— DIY —



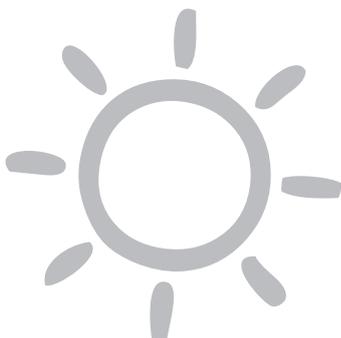
# Erfrischende Sommergetränke



# Inhaltsverzeichnis



Frischekick - Vanille Thymian Limonade .....	4
Grüntee-Mango Eistee .....	5
Weißer Sangria .....	6
Red Detox Sommer Shake .....	7
Eisgekühlter Melonendrink .....	8
Bananen-Kiwi-Smoothie .....	9
Selbstgemachter Eistee mit Zitrone und Rosmarin .....	10
Kirsch-Johannisbeeren Eistee .....	11
Ein Date mit Hugo! .....	12
Veganer Matcha-Vanille-Shake .....	13
Vietnamesische Limettenlimonade mit Ingwer und Minze .....	14
Iced Chai Tea Latte .....	15
Vitaminwasser .....	16
Wassermelone trifft auf Matcha .....	17



„Liebe DIY-Freunde,

Blauer Himmel und Sonne satt: Der Hochsommer ist endlich bei uns angekommen und verwöhnt uns mit strahlendem Sonnenschein und tropischen Freibad-Temperaturen. Ein kühles Erfrischungsgetränk ist da natürlich besonders willkommen und sorgt für die wohltuende Abkühlung. Ob Limo, Bowle, Eistee oder Smoothie – hier kommt jeder auf seinen Geschmack!

In diesem Sinne haben wir im Rahmen einer Sommeraktion Blogger dazu aufgerufen, uns Ihre leckersten Rezepte für erfrischende Sommergetränke zu verraten. Die Resonanz war großartig und wir haben viele tolle DIY-Rezepte erhalten. Herzlichen Dank dafür an alle Teilnehmer. Die kreativsten und leckersten Beiträge haben wir für Euch in diesem E-Book zusammengestellt. Wir wünschen Euch eine schöne Sommerzeit und viel Spaß beim Ausprobieren und Genießen!

Eure bonprix-Onlineredaktion“

# Frischekick - Vanille Thymian Limonade

## Ihr benötigt:

- ❖ ½ Cup weißen Zucker
- ❖ 1 Cup Wasser
- ❖ 1 TL Vanille Extrakt
- ❖ 2 EL Honig
- ❖ 1 kleines Bund frischer Thymian + etwas für die Dekoration
- ❖ 1 Cup frisch gepresster Zitronensaft (4 große Zitronen)
- ❖ 1 Cup Mineralwasser



## Und so wird's gemacht:

Das Originalrezept bedient sich der amerikanischen Maßeinheiten. Diese habe ich nicht umgerechnet, sondern einfach eine Tasse genommen, in die circa 250 ml Flüssigkeit passt.

- ❖ Den Zucker zusammen mit der Vanille, Thymian, Honig und Wasser in einen kleinen Topf geben.
- ❖ Bei mittlerer Hitze so lange erwärmen, bis sich der Zucker vollständig aufgelöst hat.
- ❖ Das Limonaden-Süppchen durch ein feines Sieb geben und etwas abkühlen lassen.
- ❖ Den frisch gepressten Zitronensaft unterrühren.
- ❖ Anschließend in ein Glas mit Eiswürfeln geben, mit Mineralwasser auffüllen und mit einem Thymianzweig dekorieren – Fertig!



[www.fraumau.de](http://www.fraumau.de)

„Hallo, ich bin IVE,  
33 Jahre alt und leidenschaftliche Alles-Tuerin.  
Ich wohne im wunderschönen Fünfseenland  
in der Nähe von München.“

Die fertige Limonade sieht einfach unendlich hübsch aus und ist eine besondere geschmackliche Überraschung für Gäste! Ganz hervorragend schmeckt die Vanille Thymian Limonade übrigens auch mit einem Schuss Gin oder Wodka!



Mit  gemacht

# Grüntee-Mango Eistee



COCO'S  
CUTE CORNER

[www.cocoscutecorner.blogspot.de](http://www.cocoscutecorner.blogspot.de)

„Ich bin Corinne, eine Ü30-jährige Juristin und Mediatorin, die für ein großes Versicherungsunternehmen als Rechtskonsultantin arbeitet. Bei meinem Blog dreht sich alles um Dinge, die ich nebst meinem Beruf mit Leidenschaft verfolge und ausübe...vielfältig und kreativ, so wie ich.“

Mit  gemacht



## Ihr benötigt:

- ❖ 1 l Wasser
- ❖ 2 Grünteebeutel oder 2 EL Grüntee
- ❖ 1 Mango
- ❖ 1/2 Zitrone (Saft davon)
- ❖ Agavendicksaft nach Bedarf
- ❖ Minzeblätter und Zitronenscheiben zur Dekoration



## Und so wird's gemacht:

Wasser aufkochen und Grüntee nach Packungsangabe ziehen lassen. Nicht zu lange, ansonsten wird der Grüntee bitter und das wäre schade. Abkühlen lassen.

Mango schälen und pürieren. Da das Püree sehr dickflüssig ist, dieses mit dem kalten Grüntee und dem Zitronensaft mischen. Erst jetzt sieben. Ansonsten ist es einfach nur ein Krampf. Wer will, kann das Ganze noch mit Agavendicksaft je nach Vorliebe süßen.

Das ist schon alles. Nochmals richtig kalt stellen und anschließend mit Eiswürfeln und einigen Minzeblättern sowie Zitronenscheiben servieren.



# Weißer Sangria



## Ihr benötigt:

- ❖ 300g Erdbeeren
- ❖ 1 großer Pfirsich
- ❖ 1 Handvoll helle Trauben (ohne Kerne)
- ❖ 1 Orange in Scheiben
- ❖ 1 halbe Zitrone in Scheiben
- ❖ Minze
- ❖ Zimtstangen
- ❖ Saft einer halben Zitrone
- ❖ 1 Liter Orangensaft
- ❖ 1 Flasche Cava (span. Sekt)
- ❖ ggf. Cointreau / Likör 43 / Brandy



Villa  Stoff 

[www.villastoff.blogspot.de](http://www.villastoff.blogspot.de)

„Hallo, auf meinem persönlichen Blog schreibe ich über die Freude am Nähen, den Spaß am DIY, die Leidenschaft zur Fotografie, die Liebe zu meiner kleinen Familie, das Leben im schönen Hamburg & leckere Gerichte mit einfachen Rezepten.“



## Und so wird's gemacht:

Das geschnittene Obst wird in ein Glasgefäß gegeben. Minze und je nach belieben ein bis drei Zimtstangen kommen hinzu. Orangensaft und den frisch gepressten Zitronensaft ebenfalls hineingeben.

Nun zum durchziehen mind. eine bis mehrere Stunden in den Kühlschrank stellen.

Anschließend das Gefäß, vor dem servieren, mit Eiswürfeln, dem Cava und einem

großzügigen Schuss Cointreau auffüllen. Ich habe die Bowle erst im Glas mit dem Sekt aufgefüllt, damit das Rabaukenkind auch mittrinken und fröhlich das Obst aus seinem Orangensaft picken kann.

Mit   
gemacht

# Red Detox Sommer Shake



Mit  gemacht

## Ihr benötigt:

- ❖ 100 ml frischen Grapefruitsaft (1/2 Frucht)
- ❖ 200 g frische oder gefrorene Erdbeeren
- ❖ 100 g entsteinte Kirschen
- ❖ 1 Banane, möglichst gefroren
- ❖ 25-40 g bunter Mangold mit Stiel
- ❖ 330 ml kaltes Kokosnusswasser
- ❖ optional: Eiswürfel



## Und so wird's gemacht:

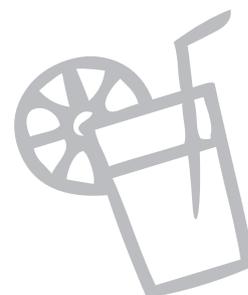
Alle Zutaten in eine Küchenmaschine oder einen Mixer geben und pürieren bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

Kalt genießen!



[www.melis-bunte-studentenkueche.de](http://www.melis-bunte-studentenkueche.de)

„Ich bin Melanie, bin 25 Jahre alt und studiere Ernährungswissenschaften in Jena. Seit Januar 2013 ernähre ich mich vegan. An meinen Kreationen sowie Geschichten aus meinem Leben lasse ich euch auf meinem Blog teilhaben.“

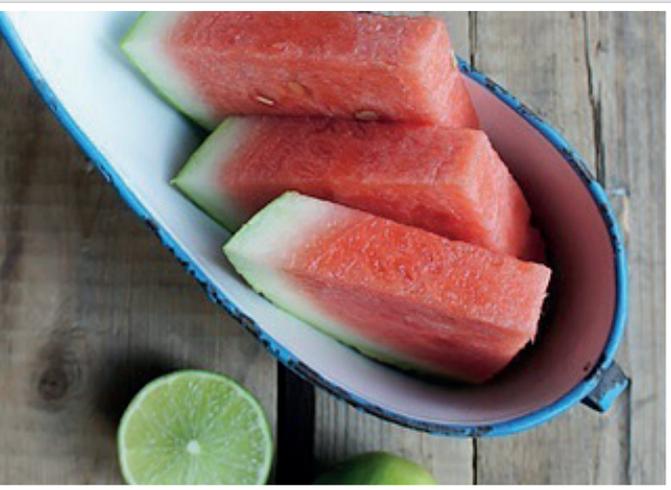


# Eisgekühlter Melonendrink



## Ihr benötigt:

- ❖ 600g Wassermelone (ohne Schale gewogen)
- ❖ Saft von 1 Limette
- ❖ etwas Zucker und Wasser



## Und so wird's gemacht:

Als Erstes rührt Ihr in 100ml Wasser ca. 100g Zucker ein. Daraus wird eine Art Zuckersirup hergestellt.

Das Zucker-Wasser-Gemisch aufkochen lassen und bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. einkochen lassen. Dabei umrühren und aufpassen, dass es nicht braun wird. Den entstandenen Zuckersirup abkühlen lassen. In der Wartezeit wird das Fruchtfleisch der Melone in Stücke geschnitten, den Limettensaft drüber geben.

Wenn der Sirup einigermaßen kühl ist, das Fruchtfleisch in den Mixer geben und erstmal nur einen Schuss der Zuckerflüssigkeit dazugeben. Das Ganze fein pürieren dann probieren und evtl. noch nachsüßen.



Mit  gemacht



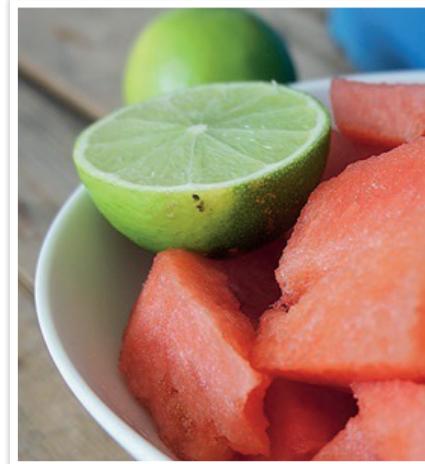
*Smilla Wohngedühl*

[www.smillaswohngeduehl.blogspot.de](http://www.smillaswohngeduehl.blogspot.de)

„Hallo, ich bin Smilla. Eine kreativ/chaotisch veranlagte Frau anfang 40, die die Finger nicht stillhalten kann. Ich bin verheiratet mit Mr.Right und Mutter von 3 Kindern. Ich wohne auf dem „platten Land“ im Norden Deutschlands.“

Den restlichen Zuckersirup in eine Flasche oder verschließbares Glas abfüllen und aufbewahren. Jetzt kommt die Masse in eine flache Auflaufform.

Ab ins Gefrierfach für 3-4 Stunden. Nach einer Stunde mit einer Gabel kräftig umrühren, damit das Ganze gleichmäßiger gefriert. Dann alle halbe Stunde mal wieder durchrühren, bis Ihr mit der Konsistenz zufrieden seid.



Für den eiskalten Erfrischungsdrink füllt Ihr einige Esslöffel der Masse in ein großes Glas und füllt das Ganze mit Mineralwasser auf und fertig ist Euer tropentauglicher Cocktail.



# Bananen-Kiwi-Smoothie



## Ihr benötigt:

- ❖ 1x Banane
- ❖ 1x Kiwi
- ❖ 100 - 150 ml Orangensaft oder 5x Orangen

## Und so wird's gemacht:

Gerade wenn der Hunger nicht groß ist und wir am liebsten nur etwas trinken wollen, empfehle ich selbstgemachte Smoothies. Sie sind schnell zubereitet und frische Früchte haben wir in dieser Zeit sowieso daheim.

Alle Zutaten miteinander verquirlen, ein paar Eiswürfel rein, fertig. Eine kleine, erfrischende Mahlzeit für zwischendurch.



**WIESO**  
EIGENTLICH  
NICHT / more than a diary

[www.wiesoeigentlichnichtblog.blogspot.de](http://www.wiesoeigentlichnichtblog.blogspot.de)

„Mein Name ist Heike und ich komme ursprünglich aus Thüringen. Doch mein Berufswunsch hat mich nach Bayern gebracht um dort eine Ausbildung als Mediengestalterin zu absolvieren. Danach ging alles ganz schnell, Job gefunden, Mann für's Leben und ich bin geblieben.“

Mit   
gemacht



# Selbstgemachter Eistee mit Zitrone und Rosmarin



## Ihr benötigt:

- ❖ 3 Teebeutel fruchtigen Tee (zum Beispiel „Türkischer Apfel“)
- ❖ Saft von 1 Zitrone
- ❖ etwas Zucker
- ❖ etwas Rosmarin
- ❖ Sprudelwasser zum Aufgießen
- ❖ Eiswürfel

Mit  gemacht



[www.spoonandkey.blogspot.de](http://www.spoonandkey.blogspot.de)

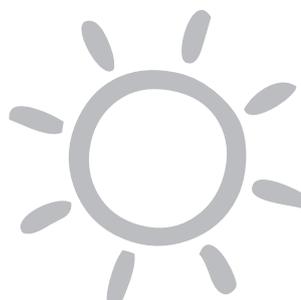
„Ich bin Franziska, 24 Jahre alt und wohne im schönen Köln. Ich liebe Backen & Kochen und verändere gerne das eine oder andere in der Wohnung oder versinke im Bastel-Kreativ-Chaos. Ich lasse mich gerne von kreativen Ideen & den vielen tollen Blogs im Netz inspirieren.“

## Und so wird's gemacht:

Wenn man Eistee selber machen möchte, sollte man zunächst ein kräftiges Tee-Konzentrat herstellen. Das bedeutet: 3 Teebeutel mit ca. 1 1/2 Tassen heißem Wasser aufgießen und je nach Tee 5-10 Minuten ziehen lassen. Dann muss der Tee natürlich erstmal abkühlen.

Die Zitrone auspressen und den Saft auf 2 Gläser verteilen. Eiswürfel, etwas Zucker und Rosmarin in die Gläser geben.

Die Gläser anschließend zur Hälfte mit dem Eistee, dann mit kaltem Sprudelwasser auffüllen. Gut umrühren und eiskalt genießen! Als Deko noch eine Zitronenscheibe an den Glasrand stecken, oder einige Zitronenscheiben (bio) in den Tee geben.



# Kirsch-Johannisbeeren Eistee



## Ihr benötigt:

- ❖ Kirsch-Johannisbeere Teebeutel
- ❖ Zitronen
- ❖ Zitronenmelisse

## Und so wird's gemacht:

Ich liebe es ja so heiß, aber ganz wichtig ist, dass man bei der ganzen Sonne das Trinken nicht vergisst. Bei uns gibt es an so heißen Tagen fast nur Eistee, natürlich selbstgemacht. Da wir ihn literweise trinken, nehme ich ausschließlich ungesüßten Früchtetee. Im Moment ist unser Favorit Kirsch-Johannisbeere, sehr fruchtig und aromatisch.



[www.niwibo.blogspot.de](http://www.niwibo.blogspot.de)

„Hallo, ich bin eine 47 Jahre junge Mama von zwei lieben Teenie-Söhnen und seit Ewigkeiten verheiratet. Mit meinen drei Männern lebe ich am schönen Mittelrhein. Dekorieren, Gärtnern, Nähen, Lesen, Reisen, Shoppen...mein Leben steckt voller schöner Momente, die ich gerne mit Euch teilen möchte.“

Ein paar Zitronen Schnitzer dazu, ein Blättchen Zitronenmelisse, mit kaltem Mineralwasser aufgegossen, lecker! Und da das Auge ja bekanntlich mit isst oder besser trinkt, fülle ich ihn in kleine Tulpen-Gläser. Ein bunter Strohhalm dazu und los schlürfen.



# Ein Date mit Hugo!

## Ihr benötigt:

- ❖ Saft von 2 Limetten
- ❖ ca. 500 ml Ginger Ale
- ❖ ca. 500 ml Sprudelwasser
- ❖ ca. 80-100 ml Holunderblütensirup
- ❖ 2 Zweige Minze  
(ich hatte natürlich keine, grrrrr)



[www.ladystil.blogspot.de](http://www.ladystil.blogspot.de)

„Ich bin Moni. Mit meiner Familie wohne ich im Bergischen Land, ca. 20 Minuten von Köln entfernt in einem selbstentworfenem Haus, in einer Straße, die im Wald endet.“



## Und so wird's gemacht:

Einfach alle Zutaten zusammen vermischen und fertig!

Da Hugo ohne Alkohol kommt, können Eure Kids auch gerne ein Date vereinbaren!

Unbedingt vorher den Liegestuhl in Richtung „schönste Gartenecke“ drehen, kleines Beistelltischchen bereitstellen und Platz nehmen!

Viel Spaß mit Hugo!



# Veganer Matcha-Vanille-Shake

Mit  gemacht



## Ihr benötigt:

- ❖ 1/2 TL Matchateepulver
- ❖ 150 ml kochendes Wasser
- ❖ 200 g Vanille(soja)joghurt
- ❖ 100 g (veganes) Vanilleeis



## Und so wird's gemacht:

Gießt das Teepulver mit dem kochenden Wasser auf und verrührt es gut, bis sich das Pulver aufgelöst hat. Hierfür wird immer ein spezieller "Matcha-Besen" empfohlen, da sich das Grünteepulver nur schwer auflöst. Da ich keinen solchen Besen besitze, verwende ich immer meinen Smoothiemixer, das klappt auch ganz gut.

Den Tee abkühlen lassen und anschließend mit dem Vanillejoghurt und dem Vanilleeis im Smoothiemixer oder mit dem Pürierstab gut vermischen. Je nach Geschmack kann der Shake nochmals mit Vanilleeis oder Agavendicksaft bzw. Honig nachgesüßt werden. Um den Shake länger kühl zu halten, nun alles in ein Glas mit Eiswürfeln geben. Dazu eignen sich Matcha-Eiswürfel besonders gut. Dafür einfach etwas Matcha-Tee aufgießen, nach dem Abkühlen in eine Eiswürfelform füllen und ab damit ins Gefrierfach.

Lasst es euch schmecken!



## TESSAS WELT

[www.tessaswelt.wordpress.com](http://www.tessaswelt.wordpress.com)

„Hallo, ich bin Tessa, 22 Jahre alt und wohne mit meinem Freund und meinen beiden Katzen im schönen München.“

Auf meinem Blog stelle ich euch regelmäßig Rezepte und DIY-Anleitungen vor und berichte von anderen schönen Dingen. Auch für meine beiden Katzen Elli und Leonie lasse ich mir alles Mögliche einfallen, damit ihnen nie langweilig wird.“

# Vietnamesische Limettenlimonade mit Ingwer und Minze

## Ihr benötigt:

- ❖ 3 Limetten
- ❖ 8 Stiele Minze
- ❖ 1 daumengroßes Stück Ingwer
- ❖ 5 TL Rohrzucker
- ❖ 0,8 Liter sprudelndes Mineralwasser (gekühlt)



*dresses and places*

[www.dressesandplaces.com](http://www.dressesandplaces.com)



„Hallo, ich bin Eva, bin Mitte 20 komme aus Hamburg, bin Studentin und wohne zurzeit in Genua. Ich liebe bunte Röcke und Kleider, Bücher, die orientalische, indische und mexikanische Küche, Kaffee Schokolade und Verreisen.“

## Und so wird's gemacht:



Besonders gern wird „Da Chanh“ in Vietnam getrunken – eine Limettenlimonade. Kombiniert mit frischer Minze und Ingwer das perfekte Erfrischungsgetränk an Sommertagen!

Den Rohrzucker in einen Behälter geben. Einen

Schuss Leitungswasser darüber geben, sodass der Zucker mit Wasser bedeckt ist. Anschließend das Wasser und den Zucker solange rühren, bis sich ein Großteil des Zuckers aufgelöst hat. Ingwer schälen und in etwa 2 cm große Stücke schneiden.

1 Limette ebenfalls in etwa 2 cm große Stücke schneiden, die zwei übrigen Limetten auspressen. Minze waschen und trocken schütteln.

Den Limettensaft zu dem Zuckerwasser geben, außerdem die Ingwer- und Limettenstücke hinzufügen sowie die Minzzweige. Anschließend langsam mit Mineralwasser aufgießen.

Fertig!



Mit  gemacht



# Iced Chai Tea Latte



Mit  gemacht



## Ihr benötigt:

- ❖ 500 ml Wasser
- ❖ 1 Teelöffel Zimt
- ❖ 2 Teelöffel Zucker
- ❖ 1 Teebeutel Chai Tee
- ❖ Milch
- ❖ Eiswürfel



*Fashion Rookie*

.....A FASHION & LIFESTYLE BLOG.....

[www.followthefashionrookie.blogspot.de](http://www.followthefashionrookie.blogspot.de)

„I'm an 18 year old girl from Germany, who is discovering the huge world of fashion, DIY and all the other beauties of life.“

## Und so wird's gemacht:

Erhitzt das Wasser in einem Topf zusammen mit einem Teelöffel Zimt und zwei Teelöffel Zucker und bringt es zum Kochen.

Gießt das erhitzte Wasser in eine Teekanne und gebt den Teebeutel Chai Tee hinzu und lasst ihn normal ziehen. Ist der Tee fertig, könnt Ihr ihn abkühlen lassen.

Wenn der Tee kalt ist füllt Ihr Euer Glas zu ca. 3/4 mit Tee und zu 1/4 mit Milch auf. Anschließend noch ein paar Eiswürfel hinzugeben und schon ist Euer Iced Chai Tea Latte fertig zum Genießen. Enjoy!



# Vitaminwasser

## Ihr benötigt:

- ❖ Mineralwasser
- ❖ aromareiche Früchte und Gemüse

Pastel Pictures



[www.pastelpictures.de](http://www.pastelpictures.de)

„Mein Name ist Sarah. Grafikdesignerin & Bloggerin, Fotografie, Foodlover, ♥ die schönen Dinge des Lebens, Natur-Mensch, Reggae - love & sunshine, Entdeckerin, Träumerin, Ästhet & Foodlover.“



- ❖ Power Fruity Vitaminwasser mit Grapefruit und Mandarinen
- ❖ Verry Berry Vitaminwasser mit Himbeeren und Blaubeeren
- ❖ Healthy & Fresh Vitaminwasser mit Gurke, Limette und Minze (Top-Favorit)



## Und so wird's gemacht:

Ich empfehle Euch Zutaten zu verwenden, die ein starkes Aroma aufweisen und die ihre Nährstoffe gut an das Wasser abgeben können. Ingwer, Limette, Minze, Zitrone, Ananas und Melone sind besonders intensive Geschmacksträger.

Neben den unzähligen Möglichkeiten einfaches Wasser in sogenanntes Vitamin Water zu transformieren, zeige ich Euch im Folgenden meine drei Favoriten:



Mit ♥  
gemacht



# Wassermelone trifft auf Matcha



*Mary Loves...*

[www.marylives.de](http://www.marylives.de)

„Hallo Ihr Lieben,  
ich bin Maria! Ich

bin 29 Jahre jung und wohne mit meinem lieben Ehemann Andy in der schönen Stadt Leipzig. Auf meinem Blog Mary Loves... möchte ich mit Euch die kleinen und großen Dinge teilen, die das Leben schöner machen.“

## Und so wird's gemacht:

Als erstes müsst Ihr den Tee zubereiten, denn dieser braucht eine Weile bis er abgekühlt ist. Dazu kocht ihr das Wasser einmal auf und lasst es auf ca. 70°C wieder herunter kühlen.

Anschließend wird das Teewasser auf das Matcha-Pulver in einer Schüssel aufgegossen und verrührt und ab in den Kühlschrank.

Die Wassermelone wird einfach geschält, in grobe Würfel geschnitten und mit einem Pürierstab oder in einem Mixer püriert. Damit am Ende keine Kerne in Eurem Drink sind und er durch das pürierte Fruchtfleisch nicht zu dick wird, passiert Ihr den Melonensaft einfach durch ein Sieb.

Aus einer großen Wassermelone bekommt Ihr ca. 4 bis 5 Liter Flüssigkeit heraus. Ideal also um auch größere Mengen für eine Party herzustellen. Für unser Rezept brauchen wir aber lediglich 1/8 Melone beziehungsweise 250 ml Saft.

Damit Euer Cocktailshaker nicht zu voll wird, ist es ratsam, die Menge der Zutaten aufzuteilen. Sprich Ihr gebt jeweils die Hälfte des Tees, des Mineralwassers und des Melonensaftes in den Shaker und fügt

## Ihr benötigt:

- ❖ 1 TL Matcha-Teepulver
- ❖ 150 ml Wasser für den Tee
- ❖ ca. 1/8 einer großen Wassermelone
- ❖ 1 Limette
- ❖ 100 ml Mineralwasser
- ❖ Eiswürfel
- ❖ Minze & evtl. Limettenscheiben zum garnieren



dann noch den Saft einer halben Limette hinzu. Nun heißt es kräftig durchschütteln.

Bevor Ihr euren Sommerdrink in die Gläser füllen könnt, müssen natürlich erst noch die Eiswürfel hinein. Für meinen Drink habe Ich aber keine normalen Eiswürfel gemacht, sondern kleine Limettenscheiben und Minzblätter im Eiswürfelbehälter mit eingefroren. So bekommt Euer Sommerdrink noch einen extra Kick und schön sieht es auch aus.

- ❖ Tipp: Für die alkoholische Variante einfach das Wasser durch Sekt, Prosecco oder Champagner ersetzen. Schmeckt genauso fantastisch!

Mit   
gemacht



**bon  
prix**  
*it's me!*