

Rezept und Esskultur:

# APFEL-KINDERPUNSCH



## ABLAUF:

Für den **Apfel-Kinderpunsch**:

1. Früchtetee mit den Gewürzen kochen.
2. Gewürze mit der Schaumkelle entfernen.
3. Orangen- und Apfelsaft hinzugeben.
4. Während einer Spielpause setzen sich alle Kinder zusammen und trinken den wärmenden Punsch.

Alternativ können Sie selber **Apfeltee** herstellen und nach Belieben weiter verfeinern:

1. Die Apfelschalen, die als Reste angefallen sind, werden in ein paar Zentimeter lange Stücke geschnitten und mit der Nadel auf den Faden gefädelt.
2. Die Fäden werden zum Trocknen aufgehängt.
3. Nach einigen Tagen können die getrockneten Schalen in eine Dose gefüllt werden, wo sie sich einige Zeit halten.
4. Aus ein paar Schalenstücken kann man einen Apfeltee herstellen, der mindestens 5 Minuten ziehen muss.
5. Nach Belieben mit etwas Zucker oder Honig süßen.

**Info**

**VORBEREITUNG:** Zutaten für ca. 15 Personen: 2l Apfelsaft, 1l Früchtetee, 1-2 Zimstangen, 5 Gewürznelken, Saft einer Orange

**ANZAHL DER KINDER:** Kleingruppe

**DAUER:** 30 Minuten

**MATERIAL:** Topf, Schaumlöffel  
Für den Apfelschalentee: Nadel, Faden, Apfelschalen von Bio-Äpfeln, Zucker oder Honig

**LERNERFAHRUNGEN:** gesunde Alternative zu Limonade kennenlernen, weihnachtliche Gewürze kennenlernen



## Tipp

Lassen Sie die Kinder die Gewürze riechen und besprechen Sie, wie diese noch verwendet werden können (z. B. in Lebkuchen).



Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

Gefördert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages