



# Ananas-Minz-Wasser



## Rezeptinfo

**Zutaten für einen Liter**  
Zubereitungszeit: 5 Min.

pro Portion: 12 kJ, 3 kcal, 0,61 g Kohlenhydrate, 0,05 g Eiweiß, 0,01 g Fett, 0 mg Cholesterin, 0,02 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: | Kosten: €



## Zubereitung

Unser Ananas-Minz-Wasser ist perfekt, um erfrischt durch den Tag zu kommen. Das Wasser ist super schnell zubereitet und richtig lecker!

### Step 1:

Die Ananas schälen und in Stücke scheiden und zusammen mit der Minze und dem Wasser in eine Karaffe geben.

### Step 2:

Das Fruit Infused Water schmeckt intensiver, wenn du es im Kühlschrank mindestens drei Stunden aromatisieren lässt. Je länger, desto intensiver wird der Geschmack.

## Zutaten

### Menge

¼	reife Ananas
4 Zweige	frische Minze
1 l	Wasser

## Tipp

Du musst die Früchte nicht wegwerfen, wenn du ausgetrunken hast. Du kannst einfach immer wieder Wasser nachgießen. So hält dein Fruit Infused Water den ganzen Tag über.