

Beerencocktail

- Pankreasdiät -

1/2 Pfd. Erdbeeren
0,08 cl Pastis
2 TL Honig
Süßstoff
2 Körner Sternanis
100 g schwarze Johannisbeere
100 g rote Johannisbeere
100 g Heidelbeeren
100 g Felsenbirnen
4 Blättchen Minze

Pastis auf die Hälfte einkochen, Honig einrühren, mit den Erdbeeren mit einer Gabel fein zerkneten, Sternanis mörsern und unterrühren, nach Geschmack süßen. Mit den Beeren mischen und ca. vier Stunden ziehen lassen. Mit Minze garniert servieren; auf Wunsch Sahne dazu, wenn keine Diät einzuhalten ist.