

DER SOMMER IST UNTERWEGS.

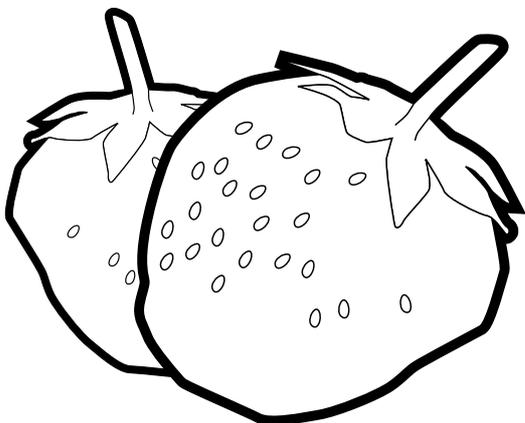
DIE SCHWEDISCHE ERFRISCHUNG „FRUKTBITA“

Für ein großes Sommerfest mit vielen Freunden machen wir in Schweden gerne die leckere Sommerbowle „Fruktbita“. Vielleicht ist es das einzige schwedische Rezept, mit nur zwei schwedischen Zutaten. Eigentlich komisch, dass es uns trotzdem immer wieder schmeckt ...

Für die schwedische Bowle brauchst du:

- 250 g** rote Erdbeeren. (die pflücken wir immer frisch beim Nachbarn)
- 250 g** Himbeeren (die auch)
- 2 Kiwis** (geschält)
- 1 kleine Honigmelone** (geschält, die mögen auch Bienen, also Achtung!)
- 2 Pfirsiche** (geschält)
- 10 frische Litschis** (geschält)
- 1/2 Zitrone** (aber nur den Saft davon)
- 2 Flaschen** trockenen **Rosé, Weißwein oder Sekt** (je nach schwedischer Region anders) oder stattdessen Orangensaft mit Mineralwasser. Aber alles schön kalt.

Und dann schneidest du einfach die ganzen leckeren Früchte so klein, dass sie auf einen Teelöffel passen – auch die nicht aus Schweden. Und dann tust du die Früchte in eine schöne Schale (z.B. die SOARÉ Schüssel aus Steinzeug), gibst zuerst den Zitronensaft dazu und gießt dann den Wein oder den Sekt oder den Saft drüber. Und damit das Ganze auch richtig kalt und erfrischend wird, kannst du es auch noch mal eine Weile in den Kühlschrank stellen. Skål!



Wohnst du noch oder lebst du schon?