**Isabella Groß-Dietzel (FIFHI) Naturheilkunde-Beraterin DNB®
Blutgruppenernährung und GenoTyping nach Dr. P. D'Adamo
ganzheitliche Haltungsgesundheit nach der Tai Chi Methode von
Marie Hock-Westhoff®
www.4blutgruppen-iss-was-du-bist.de**

Fruchtpunsch mit Honig

Ideal für die kalte Jahreszeit und sehr lecker !

Zutaten für 1 Glas:

- 125 ml Birnen- oder Apfelsaft
- 125 ml Grapefruitsaft
- 1 - 2 Tl. Holunderblütensirup (beim Kauf auf gute Qualität achten)
- 1 Tl. Honig

Zubereitung:

Birnen- oder Apfelsaft und Grapefruitsaft in einen Topf geben und erhitzen (nicht kochen). In der Zwischenzeit Holunderblütensirup und Honig in eine Tasse oder Glas geben. Den heißen Saft darüber gießen, umrühren und genießen.