



LANDKREIS  
ERDING

# Alkoholfreie Cocktails

Kommunale Jugendarbeit



## INHALTSVERZEICHNIS

GRUSSWORT	3
VORBEREITUNG	4
ZUTATEN	5
FRUTTI	6
HALF & HALF	7
HOLUNDERSCHORLE	7
RED APPLE	8
ANANASSUNRISE	8
REFRESHER	9
CAR DRIVER	10
FRESH LIME	11
RED MOON	11
RED POWER	12
SHIRLEY TEMPLE	12
GREEN BANANA COCKTAIL	13
BLAUE LAGUNE	14
ERDBEER COCKTAIL	14
FRISCHE KICK	15
BEERENSMOOTHIE	16
WHITE BASIL	17
FRUCHTBOWLE	18
WINTERCOCKTAIL	19
GEWÜRZPUNSCH	20
NOTIZEN	21
KLEINES 1x1 DES MIXENS	22
UND WENN ES DOCH MAL ALKOHOL SEIN SOLL, IST ES GUT ZU WISSEN	23
IMPRESSUM	24



## Liebe Jugendliche, Party- und Veranstaltungsorganisatoren,

Alkohol ist meistens ein fester Bestandteil der Fest- und Feierkultur. Ein genussvoller und verantwortungsbewusster Konsum ist leider nicht selbstverständlich, sondern muss meistens erst gelernt werden. Dazu gehören auch attraktive Alternativen. Unsere Broschüre mit alkoholfreien Drinks möchte dazu einen Beitrag leisten.

**Mit wenigen Zutaten lassen sich raffinierte Drinks mixen, als leckere Alternative zu alkoholischen Getränken für viele Gelegenheiten**, wie z. B. Party, Schulfest, Vereinsveranstaltung oder auch Elternabend und Kindergartenfest. Damit „die Alkoholfreien“ auch attraktiv präsentiert werden können, verleihen wir eine Cocktailbar mit dem kompletten Mixzubehör.

Und wenn es doch mal Alkohol sein soll, gibt es interessante Tipps auf der letzten Seite.

Viel Spaß beim Mixen und alkoholfreien Genießen wünscht

Ihr  
Landrat

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'M. Bayerstorfer', written in a cursive style.

Martin Bayerstorfer

## Vorbereitung

---

Als „Einsteiger“ ist es ratsam, sich auf drei bis max. vier Angebote mit unterschiedlichen Geschmacksrichtungen zu beschränken.

Davon sollte ein Getränk ein einfacher Durstlöcher (Schorle) sein. So behält man den Überblick.

Es ist vorteilhaft, die Drinks vorher selbst zu testen, so kann man ausprobieren, was eventuell schon vorgemixt werden kann oder noch abgeändert werden soll und was besser frisch gemixt wird.

Bevor es los geht, ist eine Aufgabenverteilung wichtig (Schneiden, Mixen, Abwaschen, Kassieren).

Drei bis vier Personen sollten es sein, damit auch Zeit für Pausen ist.

Zusätzlich zur Auswahl der Drinks, Erstellen der Einkaufsliste und des Einkaufs sind für die direkte Vorbereitungszeit ca. zwei Stunden einzuplanen.

## Das Auge „trinkt“ mit.

---

Die schönen Farben eines Cocktails machen Lust zum Probieren und kommen am besten in Gläsern zur Geltung.

## Einige Stehtische sind vorteilhaft.

---

## Zutaten

---

Gute Zutaten sind Voraussetzung!  
„Von nix kimmt nix“

Säfte sollte man möglichst als Direktsaft oder frisch gepresst verwenden, Punschgewürze (Sternanis, Zimtstangen) gibt es meist im Supermarkt oder in der Apotheke.

## „Hygieneregeln“

---

Gläser und Strohhalme sollten immer unten angefasst werden.

## Deko

---

- Spieße mit Trauben, Fruchttateln, Fruchtscheiben
- Eiswürfel mit gefrorenen kleinen Früchten oder aus rotem Saft
- Glasrand in Zitronensaft und dann in feinen Zucker tauchen
- Spiralen von unbehandelten Zitronen- oder Orangenschalen
- Strohhalme

## Preisgestaltung

---

Alkoholfreie Cocktails sind eine attraktive Alternative zu alkoholischen Getränken. Der Preis soll dementsprechend sein (z. B. 2 Euro).

Ein Pfand von mindestens 2 Euro sorgt dafür, dass die Gläser wieder zurück gebracht werden.

## FRUTTI

---

fruchtig

0,5 l Maracujasaft

0,5 l Orangensaft

0,5 l Kirschsaf

Mineralwasser still oder mit wenig Kohlensäure

Die gekühlten Getränke in einer Glaskaraffe verrühren.  
Mit Kirsche und Orangenscheibe verzieren. Fertig!



Ergibt 7 bis 8 Gläser



# HALF & HALF

---

*erfrischend*

0,4 l Traubensaft rot  
0,6 l Mineralwasser  
etwas Zitronensaft

Saft und Mineralwasser in einer Karaffe mischen.



Ergibt ca. 4 Gläser



# HOLUNDER- SCHORLE

---

*erfrischend*

Gekühltes Mineralwasser in einer Karaffe mit einem Spritzer Holundersirup mixen und dann mit 1-3 Limettenscheiben und Melisse- oder Minzeblättern dekorieren.

## RED APPLE

---

*frisch fruchtig*

150 ml Apfelsaft/Apfelschorle  
5 cl Blutorangensaft  
etwas Himbeersirup  
etwas Zitronensaft  
3 Eiswürfel  
1 Orangenscheibe als Garnitur



Ergibt 2 Gläser



## ANANAS-SUNRISE

---

*frisch*

Limettenachtel (unbehandelt) im Glas mit Crushed-Eis zerstoßen. Ginger Ale und Ananassaft (gleiche Teile) sowie für den „Sonnenaufgang“ zum Schluss 1 Spritzer Grenadine-Sirup zugeben.





# REFRESHER

---

erfrischend

*20 ml Limettensaft*

*20 ml Himbeersirup*

*einige Himbeeren*

*Mineralwasser zum Auffüllen*

Soft und Sirup in einem mit Eiswürfeln befüllten Glas verrühren, mit Mineralwasser auffüllen und umrühren. Die Himbeeren ins Glas geben und mit Löffel und Trinkhalm servieren.



Ergibt ca. 1 Glas



## CAR DRIVER

---

fruchtig

100 ml Orangensaft

6 cl Ananassaft

2 cl frisch gepresster Zitronensaft

2 cl Maracujasirup / Grenadinesirup

Zitronenscheibe als Deko

4 Eiswürfel

Alle Zutaten bis auf die Zitronenscheiben mit 4 Eiswürfeln in einen Shaker geben und ca. 15 Sekunden kräftig schütteln. Eiswürfel in ein Glas geben und den Inhalt des Shakers durch das Barsieb gießen. Mit Zitronenscheibe garnieren.



Ergibt ca. 1 Glas



# FRESH LIME

---

fruchtig

*1/2 Limette in Stücke schneiden und mit Stößel ausdrücken*

*2 TL Rohrzucker*

*4 cl Maracujanektar*

*2 EL zerkleinertes Eis*

*100 ml Ginger Ale*



Ergibt ca. 1 Glas

# RED MOON

---

fruchtig

*3 Grapefruits*

*2 Flaschen Mineralwasser*

*Grenadinesirup*

*6 Eiswürfel*

Die Grapefruits auspressen (oder 1 Tasse Grapefruitsaft) und den Saft gleichmäßig in die Gläser aufteilen. Die Eiswürfel im Ice-Crasher zerkleinern. In jedes Glas dann 2 EL Grenadine-Sirup und 2 EL zerstoßenes Eis geben. Mit Mineralwasser auffüllen und mit einem Strohhalm servieren.



Ergibt ca. 6 Gläser

## RED POWER

---

*erfrischend fruchtig*

- 2 cl Kokossirup*
- 6 cl Orangensaft*
- 6 cl Kirschsafft*
- 4 cl Bananensaft*
- 2 cl Zitronensaft*
- 1 cl Grenadinesirup*

Alle Zutaten mixen, zum Schluss Grenadine zugeben.  
Banane, Ananas oder Kirsche als Deko



Ergibt ca. 1 Glas

## SHIRLEY TEMPLE

---

*fruchtig*

- Ginger Ale (Ingwer Limonade)*
- 1 Schuss Grenadinesirup (Granatapfelsirup)*
- 1 Kirsche*
- 1 Zitronenachtel*

Ein Glas mit Ginger Ale und zerstoßenem Eis füllen. Darauf einen Schuss Grenadine geben. Nicht verrühren, sondern die Farben verlaufen lassen. Mit Kirsche und Zitronenachtel garnieren



Ergibt ca. 1 Glas



## GREEN BANANA COCKTAIL

---

*erfrischend*

*2 cl Blue Curacao Sirup (alkoholfrei)*

*2 cl Bananensaft*

*16 cl Orangensaft*

*Banane*

*Cocktailkirschen*

*Eiswürfel*

Orangensaft, Bananensaft und Blue Curacao Sirup zusammen mit Eiswürfel in den Shaker geben und schütteln. Anschließend durch das Barsieb in ein Longdrink-Glas auf Eis gießen. Garnieren mit einem Spieß aus Cocktailkirschen und Bananenscheiben. Fertig!



Ergibt ca. 1 Glas

## BLAUE LAGUNE

---

*Isarwasser*

*3 cl Blue Curacao Sirup (alkoholfrei)*

*2 cl Zitronensaft*

*6 cl Bananensaft*

*4 cl Ananassaft*

*Mineralwasser und Eiswürfel*

Einige Eiswürfel ca. 5 Stück in ein Glas geben. Dann alle Zutaten in das Glas dazugeben, zum Schluss mit Mineralwasser auffüllen. Man kann auch ganz zum Schluss den Blue Curacao Sirup dazugeben.



Ergibt ca. 1 Glas

## ERDBEER COCKTAIL

---

*erfrischend fruchtig*

*frische Erdbeeren je nach Bedarf*

*Zucker oder Holundersirup*

*Limettensaft oder Zitronensaft*

*Crushed Ice*

*Mineralwasser*



Erdbeeren mit Crushed Ice und Mineralwasser pürieren. Mit Zucker oder Holundersirup nach Geschmack etwas süßen und dann mit Limetten- oder Zitronensaft etwas „auffrischen“.



Ergibt ca. 1 Glas

# FRISCHE KICK

---

*erfrischend*

*200 ml Limettensirup*

*80 ml Kirschnektar*

*Ginger Ale*

*3 Eiswürfel*

Den Limettensirup und den Kirschnektar in ein mit Eiswürfeln befülltes Glas geben und gut umrühren. Zum Schluss das Glas mit dem Ginger Ale auffüllen.



Ergibt ca. 1 Glas



## BEERENSMOOTHIE

---

*beerig*

*40 g Heidelbeeren*

*85 g Himbeeren*

*1 TL Honig*

*ca. 200 ml Wasser oder Naturjoghurt (gekühlt)*

Die Früchte können auch gerne gefroren sein.

Alle Zutaten in den Mixer geben und gut durchmischen.

Anschließend in ein Glas füllen. Evtl. noch mit übrigen Beeren garnieren und kühl genießen.







## WHITE BASIL

---

*extravagant*

*5-6 Blätter frisches Basilikum  
2 cl weißer Schokoladensirup  
10 cl Maracujanektar  
4 Eiswürfel*

Ca. 4 große Eiswürfel in den Shaker geben und zusammen mit den restlichen Zutaten kräftig shaken und durch ein Barsieb in ein Glas abseihen.



Ergibt ca. 1 Glas

## FRUCHTBOWLE

fruchtig

- 1 Flasche Mineralwasser
- 1 Flasche Orangenlimonade
- $\frac{3}{4}$  l Apfelsaft
- $\frac{3}{4}$  l Maracujasaft
- $\frac{1}{2}$  l Grapefruitsaft
- $\frac{1}{8}$  l Zitronensaft
- 1 Dose Ananas
- 1 Dose Pfirsich
- 15 Eiswürfel

Pfirsiche und Ananas in kleine Würfel schneiden und mit Grapefruit- und Zitronensaft übergießen. Das Ganze 2 bis 3 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen, mit den restlichen Säften und der Orangenlimonade auffüllen. Zum Servieren Eiswürfel und Mineralwasser hinzugeben. Schmeckt allen und ist gut vorzubereiten.



Ergibt ca. 17 Gläser





## WINTERCOCKTAIL

---

fruchtig

*1 ½ gute Vanilleschoten*

*200 ml Karamellsirup*

*200 ml frischen Zitronensaft (ca. 5 große Biozitronen)*

*1,5 l guter Apfelsaft naturtrüb*

Sämtliche Zutaten werden zusammen mit der angeritzten Vanilleschote langsam erhitzt. Anschließend sieht man die Zutaten durch ein Feinsieb in eine Tasse oder ein hitzebeständiges Glas vorsichtig ab. Eventuell mit Apfelschnitz garnieren.

**Tipp:** Auf ein ausgewogenes Säure-Sirup-Verhältnis achten.



Ergibt ca. 10 Gläser

## GEWÜRZPUNSCH

---

### Familienpunsch

1 l roter Traubensaft

1 l naturtrüber Apfelsaft

Saft von 1 Orange

Saft von 1 Zitrone

5 Nelken

1-2 Stangen Zimt

2 Sternanis

1 Prise Muskatnuss

¼ l Wasser

¼ l Hagebuttentee oder Holunderschorle

Akazienhonig

Alle Zutaten mischen, erhitzen und etwas ziehen lassen  
(nicht kochen!), dann mit Akazienhonig süßen



Ergibt ca. 10 Gläser

# Notizen

---

## Kleines 1x1 des Mixens

### Eiswürfel:

Aus Eiswürfelschalen oder aus Gefrierbeuteln für Eis lassen sich die Würfel besonders leicht entnehmen.

Für größere Mengen kann man fertige Eiswürfel auch z. B. im Supermarkt oder an der Tankstelle kaufen. Durch die Intensität des Shakens wird der Drink angenehm gekühlt. Kommen extra Eiswürfel dazu, darauf achten, dass der Drink nicht zu verwässert schmeckt.

Crushed Ice: Zerstoßenes Eis lässt sich am einfachsten mit einer Eismühle herstellen. Da zerstoßenes Eis schneller schmilzt als Würfel, sollte man es erst kurz vor der Verwendung herstellen.

1 l (Liter)	=	1000 ml (Milliliter)
1 cl (Zentiliter)	=	10 ml = 0,01 l
0,1 l	=	100 ml
1 EL (Esslöffel)	=	15 ml bzw. 1,5 cl
1 TL (Teelöffel)	=	0,5 cl



Und wenn es doch mal  
Alkohol sein soll, ist es  
gut zu wissen:

---

*Für Jugendliche unter 16 Jahren gilt:*

Die Abgabe von Alkohol an unter 16-jährige ist verboten. Ihr Gehirn ist in seiner Entwicklungsphase besonders empfänglich für Schädigungen durch das Zellgift Alkohol. Sicher geht nur, wer Alkohol in seinem Leben keine Rolle spielen lässt. Sport, Verliebtsein, Musik und Tanzen sind das intensivere Erlebnis und der klarere Spaß – ohne sich gesundheitlich zu schädigen.

## Informationen/Verleih

---

*Saftbar und Zubehör:*

Landratsamt Erding Kommunale Jugendarbeit  
Alois-Schießl-Platz 8/ I. Stock | 85435 Erding  
Telefon: 08122 / 58- 13 93 | oder 58- 11 71 | Fax: 08122 / 58- 13 99  
Termine: Andrea Reindl  
Beratung: Angelika Klarl-Sigl

*Mehr Drinks, Infos und Quiz unter:*

[www.bist-du-staerker-als-alkohol.de](http://www.bist-du-staerker-als-alkohol.de)  
[www.kenn-dein-limit.info](http://www.kenn-dein-limit.info)



**Angelika Klarl-Sigl** | Telefon: 08122 / 58 - 11 71 | Fax: 08122 / 58 - 13 99  
Montag bis Donnerstag | [angelika.klarl-sigl@lra-ed.de](mailto:angelika.klarl-sigl@lra-ed.de)

**Andrea Reindl** | Telefon: 08122 / 58 - 13 93  
Montag bis Donnerstag | [andrea.reindl@lra-ed.de](mailto:andrea.reindl@lra-ed.de)

### **Impressum**

#### **Herausgeber:**

Landratsamt Erding  
Alois-Schießl-Platz 2  
85435 Erding

#### **Redaktion:**

Kommunale Jugendarbeit  
Angelika Klarl-Sigl  
Andrea Reindl

#### **Druckerei:**

Franz Gerstner  
85456 Wartenberg

#### **Layout:**

Monika Tauschel

#### **Bildmaterial:**

Landratsamt Erding  
Fotolia

### **LRA-Themenreihe:**

Abfallwirtschaft  
Ausländer  
Auto & Verkehr  
Bauen & Wohnen  
Behinderte  
Bildung & Kultur  
Gesundheit von Mensch & Tier  
Gewerbe & Handwerk  
Jugendliche  
Kinder & Familie  
Kommunales & Finanzen  
Natur & Umwelt  
Öffentliche Sicherheit  
Senioren  
Soziale Notlagen

**Stand:** Mai 2015