

Mariza Snyder | Lauren Clum

# INFUSED WATER

89 erfrischende, entgiftende und  
heilende Rezepte mit Obst, Gemüse  
und Kräutern

© des Titels »Infused Water« (978-3-7423-0591-6)  
2018 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
Nähere Informationen unter: <http://www.rivaverlag.de>

**riva**

# Inhalt

So wichtig ist Wasser 6

- 1 Die Wahrheit über Getränke 11
- 2 Grundlagen 19

© des Titels »Infused Water« (978-3-7423-0591-6)  
2018 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
Nähere Informationen unter: <http://www.rivaverlag.de>





## Rezepte

- 3 Drinks mit Obst und Gemüse 42
  - 4 Drinks mit Kräutern und Gewürzen 54
  - 5 Kreative Drinks 70
  - 6 Saisonale Drinks 98
    - Frühling 101
    - Sommer 105
    - Herbst 111
    - Winter 117
  - 7 Drinks mit Heilwirkung 122
  - 8 Besondere Eiswürfel 144
- 
- Danksagung 155
  - Über die Autorinnen 155
  - Rezeptregister 157