

# Koktélok csapvízből



### **Tudta Ön, hogy a csapvíz egészséges?**

A víz a legfontosabb élelmiszerünk. A csapvíz a szervezet számára ideális összetételben és mértékben tartalmaz ásványi anyagokat. Ez azért fontos, mert a túlzott ásványianyag-tartalom ugyanúgy veszélyes lehet a szervezetre nézve, mint a csekély mértékű.

A budapesti csapvíz minőségét a Fővárosi Vízművek laboratóriumaiban évente mintegy 12 500 alapos vizsgálat ellenőrzi.

A vízmintákat fizikai, kémiai, mikrobiológiai és bakteriológia radiológiai jellemzők alapján tanulmányozzák. Ezen kívül az ÁNTSZ is folyamatosan vizsgálja az ivóvíz minőségét. Az eredmények alapján a budapesti csapvíz az egyik legjobb minőségű Európában.

### **Tudta Ön, hogy minél keményebb a víz, annál jobb az íze?**

A víz keménysége nem jelenti azt, hogy nem alkalmas emberi fogyasztásra. Minél keményebb a víz, annál dúsabb ásványi anyagokban. Budapest nem a kemény vizek városa: a csapvíz oldott kalcium- és magnézium-oxid tartalma nem teszi tönkre a háztartási eszközöket, emellett kiegyensúlyozott mértékben tartalmazza a szervezet számára fontos ásványi anyagokat.

### **Tudta Ön, hogy a csapvíz fogyasztása környezetkímélő, mert nem szennyezi a környezetet hulladék palackokkal?**

Amellett, hogy a csapvíz fogyasztása egészséges, bármikor elérhető egy mozdulattal bármelyik emeleten. Magától felmegy a tizedikre is, és fogyasztása után nem marad a környezetre káros, felesleges csomagolóanyag.

### **Tudta Ön, hogy a budapesti csapvíz minősége az európai átlagnál lényegesen jobb?**

A budapesti csapvíz nemcsak megfelel az EU által támogatott követelményeknek, de néhány paraméter esetén annál sokkal jobb minőségű.

### **Tudta Ön, hogy a csapvíz gazdaságos?**

A csapvíz a legolcsóbb frissítő. Gondolta volna, hogy egy másfél literes palackozott víz áráért 1000 liter kiváló minőségű és finom csapvizet fogyaszthat?

### **A Fővárosi Vízművek a legjobb csapos messze földön!**

### Frissítő finomságok

A csapvíz számos formában felhasználható élelmiszer.

Lehet belőle készíteni teát vagy limonádét, jégkását vagy szörpöt is. A következő oldalakon néhány különleges, egyszerűen elkészíthető receptet mutatunk be. Próbálja ki őket, és meglátja: a csapvizet nem lehet megenni!

Variációk egy témára: koktélok csapvízből.

## Tea- szörp

### Hozzávalók

3 dkg tea  
1,5 liter csapvíz  
2 kg cukor  
2-3 evőkanál narancsvirágíz

### Elkészítés

A teafüvet egy edénybe tesszük, és leöntjük 5 dl forró csapvízzel. 2-3 órát hagyjuk ázni. Közben a maradék 1 liter csapvízből és cukorból sűrű szirupot főzünk. Leszűrjük a teát, hozzáöntjük a tűzről levett sziruphoz, narancsvirágízzel ízesítjük, és üvegekbe tesszük. Fogyasztáskor ízlés szerinti arányban hígítsuk csapvízzel, tegyük bele jégkockát!





## Narancsos limonádé

### Hozzávalók

5 cl narancslé  
2 cl citromlé  
2 cl málnaszörp  
cukor  
csapvíz

### Elkészítés

A gyümölcsleveket keverjük össze a cukorral. Öntsük üveg-pohárba, tegyünk bele jégkockát, majd hígítsuk csapvízzel. A legvégén öntsük óvatosan a jégkockákra málnaszörpöt.

## Mentás limonádé

### Hozzávalók

1 citrom leve  
1 narancs leve  
0,5 liter fehér szőlőlé  
4 evőkanál barnacukor  
1,5 liter csapvíz  
1 cl mentaszirup  
(vagy friss mentalevelek)

### Elkészítés

Vegyünk egy nagy kancsót vagy tálat, töltsük bele a csapvizet, a szőlőlevet, és a frissen préselt citrom és narancs levét. Barna cukorral édesítsük a limonádét, ízesítőnek használjuk a mentaszirupot. Jégkockákkal hűtsük le, és sárga vagy zöld citromszeletekkel díszítsük.





## Menta- szörp

### Hozzávalók

1 csésze (2 dl) mentalevél szár nélkül  
2 liter csapvíz  
2 kg cukor

### Elkészítés

A leveleket megmossuk, lecsepegtetjük, majd egy kb. 3-4 literes edénybe tesszük. Felforraljuk a csapvizet, a levelekre öntjük, majd hozzáadjuk a cukrot, és jól elkeverjük.

1-2 napig állni hagyjuk. Időnként megrázzuk az edényt, hogy a cukor feloldódjon. Ezután leszűrjük a szirupot, felforraljuk, és üvegekbe töltjük. Sötét helyen tároljuk. Fogyasztáskor ízlés szerinti arányban hígítsuk szénsavval dúsított csapvízzel, tegyünk bele jégkockát!

Variációk egy témára: koktélok csapvízből.

## Cranberry Cooler

### Hozzávalók

Jégkockák  
4 dl áfonyalé  
2 dl piros szőlőlé  
1 dl csapvíz  
1 dl citromlé

### Elkészítés

Rakjunk jégkockákat egy nagy edénybe és töltsük bele az áfonyalevet, a szőlőlevet, a citromlevet és a csapvizet. Keverjük össze – az arányokat megtartva kevesebbet is készíthetünk belőle. Dísztük limeszelettel, koktélcseresznyével, tegyük bele szívószálat.



[www.vizmuvek.hu](http://www.vizmuvek.hu)



## Meggy- ital

### Hozzávalók

50 dkg meggy  
2,5 liter csapvíz  
15 dkg cukor  
citromkarika  
konyak

### Elkészítés

A kimagozott meggyhez adunk pár szem tört meggymagot. Másfél liter csapvízzel egészen lassan forraljuk 2 órán át. A cukorból kevés csapvízzel szirupot főzünk, hozzáadjuk a szitán átengedett meggylevet. Ha teljesen kihűlt, hozzáöntünk még egy liter csapvizet, majd a konyakot és a citromkarikát a legvégén tesszük bele.

Variációk egy témára: koktélok csapvízből.

## Citromfű- szörp

### Hozzávalók

50 dkg citromfűlevél  
2,5 liter csapvíz  
2,5 kg cukor  
2 citrom  
1 szem szegfűszeg

### Elkészítés

A citromfűvet megmossuk, és egy nagy lábasba tesszük. Ráöntünk 2,5 liter csapvizet, hozzáadunk 1,5 kg cukrot, 2 citromot felkarikázva, végül 1 szem szegfűszeget. Felforraljuk, és addig kevergetjük a tűzön, míg felolvad benne a cukor. 1 napig állni hagyjuk, majd leszűrjük, forralunk egyet rajta, és üvegekbe töltjük. Fogyasztáskor ízlés szerinti arányban hígítsuk csapvízzel, tegyünk bele jégkockát és frissítsük 1-2 friss citromfű levéllel!



[www.vizmuvek.hu](http://www.vizmuvek.hu)