



Léčba alkoholismu a následné období, kdy se lidé musejí vyvarovat pití alkoholu, by nikdy nemělo být ve znamení samoty, opuštěnosti nebo izolace. S rodinou, přáteli či se sousedy se takové životní útrapy snášejí mnohem lépe. Jenže, co nabídnout k pití, když se potřebujete alkoholu vyvarovat? Máme pro vás několik tipů na vynikající drinky, které budou chutnat pánům i dámám, osvěží, pobaví, ale přesto v nich nebude ani kapka alkoholu!

Zajímavé pití z běžných surovin

Všechny suroviny na následující koktejly pořídíte v běžných supermarketech - když si předem prohlédnete třeba nový [Penny leták](#), nakoupíte je v cenových akcích za mnohem lepších podmínek a můžete si je schovat do zásoby. Nealkoholické koktejly jsou založeny zejména na kombinaci různých typů limonád, ovocných šťáv, sirupů a samozřejmě také džusů - třeba již zmíněný Penny leták právě nabízí džusy Relax za velmi příznivou cenu.

Při jejich kombinování se fantazii meze rozhodně nekladou nekladou. Ale abyste věděli, s čím začít a měli se čím inspirovat, zde je několik tipů:

Relax koktejl s pomerančem a limetkou

Pokud jste milovníky citrusů, můžete si připravit pohodový koktejl plný energie a slunečního svitu ze subtropů. Stačí vám k tomu jen několik základních ingrediencí:

- Pomerančový džus – 150 ml
- Šťáva z limetky – 60 ml
- Sprite – 300 ml
- 2 Limetky

Postup je malinko komplikovanější, ale zvládnete ho. Nejdříve je totiž nutné pořádně umýt limetky a ostrouhat jejich kůru. Takže pro účely tohoto koktejlu můžete v Lidl letáku obhlédnout, zda mají i bio limetky – čím méně chemie, tím lépe pro tento drink.

Kůru z limetky nastrouháme do skleničky a k ní přidáme ještě šťávu z obou limetek a navrch

vše zalijeme jednou polévkovou lžící vody. Dáme do lednice, na cirká dvě hodiny. Do mrazáku položíme nápojové skleničky, ve kterých budeme servírovat a také šejkr (není nutné jej pořizovat, stačí šroubovací sklenice...).

Skleničku s limetkami vyndáme po dvou hodinách z lednice, přelijeme do šejkru (kúru můžeme přecedit, pokud by nám vadila), přidáme ostatní ingredience a řádně protřepeme. Pak nalijeme do předem namrazených skleniček, ozdobíme a můžeme servírovat.

Koktejl Roy Rogers

V Penny letáku často narazíte na Coca-Colu v akci a toho byla škoda nevyužít. Připravít si z ní pak můžeme třeba koktejl Roy Rogers, kdy smícháme pouze dvě ingredience:

- Coca-Cola – 20 cl
- Grenadina (sirup) – 1 cl

Příprava probíhá tak, že do vysoké sklenice dáme asi do poloviny led, poté do ní přilijeme Coca-Colu a grenadinový sirup, pečlivě zamícháme, ozdobíme, dodáme brčko a můžeme podávat. Když sáhneme po dietní Coca-Cole, připravíme stejným postupem koktejl zvaný Dolce & Gabbana drink.

Okurková limonáda

V parném létě neosvěží jen pivo, ale spousta jiného pití. Například ledově vychlazený zelený čaj nebo vynikající okurková limonáda. Okurka je zeleninou přímo stvořenou k letnímu osvěžení, kterou navíc můžete nakoupit v bio kvalitě na kterékoliv prodejně Lidl bez toho, aniž byste museli čekat, až vyjde [Lidl leták příští týden](#). Výroba okurkové limonády na odpolední posezení se sousedem nebo sousedkou se tím pádem vyloženě nabízí. Co budete potřebovat?

- Minerální nebo pramenitou vodu (perlivou či neperlivou) – 1,5 l
- Salátovou okurku – 1 ks
- Med nebo třtinový cukr – 2 polévkové lžíce

- Limetku – 2 ks

A jak na výrobu? Celkem snadno. Okurku nejdříve oloupeme a nakrájíme, poté namixujeme. Přidáme k ní cirká půl litru vody a necháme asi 20 minut v lednici, aby se voda natáhla chutí a aroma okurky. Pak přecedíme, přidáme šťávu z limetek, osladíme medem či cukrem a zalijeme zbytkem vody.

Můžeme dodat i kostky ledu. Ty však raději servírujeme až do sklenic, ze kterých se bude pít. Ledově vychlazené pití nemusí vyhovovat každému, proto si každý nandá jen tolik ledu, kolik bude chtít. Do skleniček dodáme i okurku nakrájenou na plátky nebo na proužky, podle toho, co se vám bude zamlouvat.

Shirley Temple se zázvorovým pivem

V názvu je sice pivo, ale to zázvorové není s alkoholem. Navíc jej často najdete v akčních nabídkách letáku Lidl, takže směle do něj!

- Zázvorové pivo
- Sprite
- Grenadina

Postup je velmi snadný. Stačí vzít vyšší sklenice, dát do nich kousky ledu a naplnit směsí zázvorového piva a Spritu (Sprite lze dokonce vynechat). Nakonec přidáme trochu grenadiny, která se coby hustý sirup usadí dole a udělá hezký barevný přechod. Ozdobíme třeba koktejlou třešničkou nebo letním ovocem, hodí se však samozřejmě i bylinky.