

Moosbeerensaft-Standardansatz

1 Esslöffel Moosbeerensaft in 200 ml Mineralwasser einrühren



Moosbeeren-Milkshake

1 Essl. Moosbeerensaft in 1 Glas kalte / warme Milch einrühren

Moosbeerensaft in Joghurt

1 Essl. Moosbeerensaft in 1 Portion Naturjoghurt einrühren

Öl-Eiweiß-Kur-Frühstück mit Moosbeerensaft

125g Magerquark mit 2 Esslöffeln Leinöl und 1 Esslöffel Moosbeerensaft verrühren -
Gesund!

Moosbeerensaft an Eiscreme

1 Esslöffel Moosbeerensaft über Vanilleeiscreme geben



Moosbeerensaft an Panna cotta

1 Esslöffel Moosbeerensaft über das Panna cotta träufeln

Kir Moosbeere 1 Glas Prosecco oder Cremant mit einem Esslöffel Moosbeerensaft oder einem Fläschchen unserer Miniaturen mischen.



Cocktail „Sex on the Beach“ Moosbeere

1 Teil Pfirsichlikör - 2 Teile Wodka - 4 Teile Orangensaft - 4 Teile Moosbeerensaft-
Standardansatz. Shake it on the Rocks!

Finnischer Winter

1 Teil Moosbeerensaft-Standardansatz mit 2 Teilen Rotwein, Kardamom & Nelken kurz ankochen, heiß trinken



In der russischen Volksheilkunde wird Moosbeerensaft seit Jahrhunderten für das Wohlbefinden eingesetzt. Es ist bekannt, dass in russischen Zoos Moosbeeren an die Tiere verfüttert werden, um ihr Wohlbefinden unter anderem im Winter zu stärken. Die russische Forscherin Tamara Lebedewa hat die Wirkung von Moosbeerensaft untersucht.

Weitere Informationen zu diesem Thema finden sich in dem Buch von Ronald Derndorfer, der eine Zusammenfassung der derzeitigen Forschungsergebnisse und der Untersuchungen und Therapien der russischen Forscherin geschrieben hat.