



Energie und Wasser
Potsdam

**GERÜHRT &
GESCHÜTTELT**
mit Trinkwasser

**Echt
Potsdam.**

Inhalt

Fachbegriffe aus der Getränkewelt	4
Maßeinheiten / Gläser	5
Sweet Barworld	6
Cocktailrezepte, alkoholfrei	8
Bar Promotion	18
Cocktailrezepte, alkoholfrei	20
Cocktailrezepte, mit Alkohol	24
Kaffeerösterei Junick	28
Heiß- und Kaltgetränke	30
Tipps und Tricks	34

Wasser – unser Lebensmittel Nummer eins

In Deutschland können Sie kaum ein Lebensmittel konsumieren, das qualitativ besser ist als das Trinkwasser. Weil Wasser so elementar und unverzichtbar ist, wird es extrem gründlich kontrolliert. Daher können Sie das Potsdamer Trinkwasser aus dem Hahn ohne Bedenken verwenden.

Das kühle Nass aus der Leitung wird in vielen Bereichen unseres Lebens verwendet: zum Duschen oder Baden, zum Wäschewaschen, zur Geschirreinigung oder zur Zubereitung von Speisen und Getränken. Auch für eine gesunde Lebensweise ist das Trinkwasser sehr wichtig, denn eine regelmäßige Flüssigkeitszufuhr erhält die Leistungs- und Konzentrationsfähigkeit und steigert das Wohlbefinden.

Unser Trinkwasser ist ein hervorragender Durstlöcher und hat dazu noch enormes Potenzial, wie die folgenden Seiten zeigen. Lassen Sie sich durch die Rezepte anregen und von der Vielfalt der Ideen zum Zubereiten von Getränken mit Trinkwasser überzeugen.



Fachbegriffe

Aroma	intensiver Geruch und Geschmack
Barlöffel	langer, flacher Löffel zum Umrühren von Mixgetränken und Abmessen kleiner Flüssigkeitsmengen
Barsieb/Strainer	verhindert, dass Eisreste, Kerne oder Fruchtfleisch in den Cocktail gelangen
Cocktail	alkoholisches Mischgetränk aus verschiedenen Spirituosen, Früchten, Fruchtsaft und anderen Zutaten
Crushed Ice	mittels Maschine oder per Hand zerstoßendes Eis
Drapieren	garnieren, schmücken, verschönern oder verziern
Fruchtmus	pastöses oder dickbreiiges, streichfähiges Fruchterzeugnis
Ginger Beer	scharf-würzige Ingwerlimonade
Jigger	Messbecher, meist kleine Metallbecher mit 2- oder 4-cl-Einheiten
Matcha	ein zu feinstem Pulver vermahlender Grüntee
Mixer/Pürierstab	dient dazu, Zutaten schnell und einfach zu vermischen und zu zerkleinern
Seihen	durch ein Sieb gießen, um Flüssigkeit von festen Bestandteilen zu trennen
Shaker	Schüttelbecher, um darin bestimmte Mixgetränke herzustellen; bitte nicht mit kohlenstoffhaltigen Getränken füllen
Siphon	Gerät, mit dem sich Flüssigkeiten mit Kohlensäure versetzen lassen
Sirup	wird zum Süßen, zur Geschmacksverbesserung oder zum Erreichen schöner Farben verwendet
Stößel/Muddler	Holzstößel zum Zerdrücken von Früchten, Kräutern oder Gewürzen
Teesieb	kleines Sieb, durch das aufgebühter Tee gegossen wird, damit der Satz zurückbleibt
Tonic	farbloser, mit Kohlensäure versetzter Softdrink, zählt zu den Bitterlimonaden
Zeste	hauchdünne Streifen der äußersten, farbigen Schicht aus der Fruchtschale von Zitrusfrüchten oder Gemüse

Maßeinheiten

l (Liter)	1 l = 10 dl, 100 cl
dl (Deziliter)	1 dl = 100 ml
cl (Zentiliter)	1 cl = 0,01 l, 2 TL (1 Schnapsglas = 2 cl)
ml (Milliliter)	1 ml = 0,001 l
	10 ml = 1 cl
TL (Teelöffel)	1 TL = 0,5 cl, 2 BL
BL (Barlöffel)	1 BL = 0,25 cl, ½ TL
EL (Esslöffel)	1 EL = 1,5 cl
Dash (Spritzer)	1 Dash = 0,08 cl
Schuss	1 Schuss = 1 cl

Gläser



Martini- oder
Cocktailglas



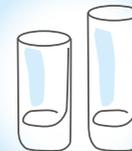
Ballonglas/
Punschglas



Sektglas/
Champagnerflöte



Sektschale/
Cocktailschale



Longdrink- oder großes
Highballglas



Whiskeyglas/Old-fashioned
Glas/kleines Highballglas

Sweet Barworld

Die Barwelt hat es uns angetan! Dank einer Fusion gehört zur American Bartender School (seit 1984) auch eine Barista Academy und American Patisserie. Alles unter einem Dach: Die Sweet Barworld – das Weiterbildungsinstitut!

Gebotene Perspektiven

- Aufstieg in der Bar Szene (kein Schankkellner mehr)
- Homebase (Begleitung auf dem weiteren Berufsweg)
- Berufliche Chancen verbessern (Nachweis einer professionellen Ausbildung)
- Erwerb professioneller Fachqualifikationen
- Aufstieg bis zum Barmeister IHK (Fachhochschulreife)
- Karriere (bis hin zum Hotelmanager)

Zielgruppen

Quereinsteiger, Studenten, Führungskräfte, Beschäftigte, Auszubildende, Startups, Unternehmer, Klardenker...

Fast täglich eröffnen neue Bars und Cafés und genauso schnell steigt der Bedarf an gut ausgebildeten Fachkräften. Durch systematische, professionelle und kontinuierliche Aus- und Weiterbildung bieten wir die besten Voraussetzungen für den beruflichen Erfolg. Förderungen sind möglich.

Außerdem bietet die Sweet Barworld einen Event & Catering Service.

Infos unter (0331) 88 71 66 72
info@sweet-barworld.de
sweet-barworld.de



Mango Maniac

Zutaten 4 cl Mango Sirup
4 cl Trinkwasser
Tonic
Deko: Erdnussflip, Rosmarinzweig

Sirup und Trinkwasser im Cocktailshaker mit Eiswürfeln kräftig schütteln. In ein mit Eiswürfeln gefülltes Glas gießen und mit Tonic Water aufgießen. Mit einem aufgespießten Erdnussflip und Rosmarinzweig dekorieren.



Ipanema

Zutaten Kaffee oder Kakao mit Trinkwasser
kochen und beiseite stellen
1 Limette
3 Teelöffel brauner Rohrzucker
3 cl Kokos Sirup
Deko: Kokosraspel

Den Glasrand in Sirup tauchen und anschließend in den Kokosraspeln absetzen. Die Limette in acht Stücke schneiden und im Glas mit dem Rohrzucker mit einem Muddler oder Löffelrücken zerdrücken. Crushed Ice dazugeben und durch Umrühren die festgesetzten Teile lösen. Mit dem vorbereiteten Kaffee oder Kakao auffüllen und mit dem Kokos Sirup toppen.



Potsdamer Wasserratte

Zutaten 3 cl Wassermelonensirup
3 cl Limejuice (gesüßter Limettensaft)
3 cl Lemmonjuice (gesüßter Zitronensaft)
3 cl Trinkwasser
Deko: Kleines Melonenstück, Lorbeerblatt

Alle Zutaten in einen Shaker mit Eiswürfeln geben und kräftig schütteln. In ein mit Eiswürfeln gefülltes Glas gießen. Ein kleines Melonenstück in das Glas geben und das Lorbeerblatt oben schwimmen lassen.



Dreckspatz

Zutaten 2 cl Brombeersirup
1 Teelöffel Zimt
2 cl Trinkwasser
kohlenensäurehaltiges Trinkwasser
5-6 frische Brombeeren

Den Glasrand in den Sirup tauchen und anschließend in den Zuckerstreuseln absetzen. Brombeeren im Glas vorsichtig zerdrücken. Zimt, 2 cl Trinkwasser und Sirup im Cocktailshaker mit Eiswürfeln kräftig schütteln. In das Glas mit den zerdrückten Brombeeren geben, mit Eiswürfeln auffüllen und kurz umrühren. Mit Kohlensäure versetztem Trinkwasser aus dem Siphon toppen. Mit wenig Zucker abschmecken.



Brandenburg Bugs Bunny

Zutaten 4 cl Karottensaft aus der Region
1 Teelöffel Honig aus der Region
2 cl Karamelsirup
2 cl Limejuice (gesüßter Limettensaft)
1 Eiweiß von glücklichen Hühnern aus
Brandenburg
4 cl Trinkwasser
Deko: Katjes Grün-Ohr-Hasen

Alle Zutaten in einen Shaker mit Eiswürfeln geben und solange kräftig schütteln, bis sich der Honig aufgelöst hat. Einen Katjes Grün-Ohr-Hasen anhängen.



Hippi Hippi Shake

Zutaten 2 cl Bananensaft
2 cl Maracujasaft
2 cl Ananassaft
1 cl Limejuice (gesüßter Limettensaft)
2 cl kohlenstoffhaltiges Trinkwasser
Deko: ½ Banane, 1 Cocktailkirsche,
2 getrocknete Nelken und 2 Ananasblätter (oder
Lorbeerblätter)

Alle Zutaten, außer dem Trinkwasser, in einen Shaker mit Eiswürfeln geben und kräftig schütteln. In ein Glas mit Eiswürfeln absieben und mit dem kohlenstoffhaltigen Trinkwasser auffüllen. Bananen-Delphin: eine halbe Banane, die Augen sind getrocknete Nelken, die Flossen kleine Ananasblätter (oder Lorbeerblätter). Der Bananenstiel wird eingeschnitten und eine Cocktailkirsche drapiert.



Spreewaldvergnügen

Zutaten 3 cl Limejuice (gesüßter Limettensaft)
2 Teelöffel Rohrzucker
8 Blätter Minze
3 Scheiben Gurke
4 cl alkoholfreies Ginger Beer
2 cl Trinkwasser
Deko: Ingwerscheibe, Rosmarinzweig,
Gurkenscheiben

Limejuice mit Minzblätter, Gurkenscheiben und Rohrzucker im Glas mit einem Muddler oder Löffelrücken zerdrücken. Crushed Ice dazugeben und durch Umrühren die festgesetzten Teile lösen. Mit Wasser und Ginger Beer auffüllen. Noch mal vorsichtig umrühren. 2 dünne lange Gurkenscheiben in das Glas stellen und Ingwer und Rosmarinzweig an den Glasrand hängen.



Sugar Ball

Zutaten 2 cl Zuckerwattesirup
2 cl roter Traubensaft
Saft von ½ Limette
Eiswürfel
kohlensäurehaltiges Trinkwasser
Deko: Limettenscheibe

Den Sirup und die 2 Säfte in einem Cocktailshaker mit Eiswürfeln shaken und in ein Glas mit Eiswürfeln absieben. Auffüllen mit kohlensäurehaltigem Trinkwasser aus dem Siphon. Eine Limettenscheibe an den Glasrand hängen.



Pink Panther

Zutaten 3 cl Cranberry Sirup
3 cl Orangensaft
kohlenensäurehaltiges Trinkwasser und Tonic (jeweils zur Hälfte)

Deko: ½ Orangenscheibe mit einer Cocktailkirsche

Sirup und Saft in einen Shaker mit Eiswürfeln geben und kräftig schütteln. In ein Glas mit Eiswürfeln füllen und gleichzeitig mit kohlenensäurehaltigem Trinkwasser aus dem Siphon und Tonic angießen. Eine Cocktailkirsche auf eine halbe Orangenscheibe speißen und auf das Getränk legen. Mit wenig Zucker abschmecken.



Fritzens Alua

Zutaten frischen Brennnesseltee mit Trinkwasser ansetzen
8 Minzeblätter
2 Teelöffel brauner Rohrzucker
1 cl Waldmeistersirup
Deko: Minzesträußchen

Die Minzeblätter mit dem Rohrzucker und Sirup im Glas mit einem Muddler oder Löffelrücken zerdrücken (nicht zu stark, da sich sonst die Bitterstoffe aus der Minze lösen). Glas mit Crushed Ice füllen und vorsichtig umrühren, damit sich die Zuckermintze vom Glasboden löst. Dann mit dem Brennnesseltee auffüllen, welcher evtl. mit Zitronensaft verfeinert werden kann. Nochmals umrühren. Mit kleinem Minzesträußchen verzieren.



Bar Promotion

Die Mission lautet „Erlebnis Geschmack“!

Unser Team rund um Sven Kluge greift dabei auf Erfahrungen und Erkenntnisse der letzten 10 Jahre zurück und verbindet so die klassische Gastronomie mit modernen und zeitgemäßen Impulsen der Szene. Das soll den Ottonormalverbraucher zu Neuem anregen, aber auch Fortgeschrittene noch etwas herausfordern. Natürlich im Auftrag des guten Geschmacks! Denn Geschmack ist eine komplexe Sinneswahrnehmung und dieser Herausforderung stellt sich unser Team Tag für Tag mit Leidenschaft.

Die unterschiedlichsten Events und Anforderungen machen den Alltag unglaublich abwechslungsreich. So liefern sie die Inspiration für immer neue Ansätze und Arrangements und lassen das Team an diesen Herausforderungen weiter wachsen – das alles für das Geschmackserlebnis unserer Gäste!

Bar Promotion bietet

- Molekular Cocktail Design
- Barschule Workshops
- Showmixen
- Espressomaschinen Kaffeebar Barista
- Messecatering & Fingerfood
- Cocktail Catering
- Messeservice
- Espresso Kult
- Cocktail Bar Show

Infos unter (0331) 6009707
info@bar-promotion.de
bar-promotion.de
ProviantAmt331.de



Sweet Apple

Granatapfel fest auf dem Tisch rollen, so dass sich die Kerne innen lösen. Aufschneiden, die Kerne in ein großes Glas und mit dem Stößel bearbeiten, anschließend den Saft durch ein Teesieb direkt in den Shaker geben. Zimtblüten etwas mörsern. Orangen und Limetten halbieren. Ein Glas zu $\frac{3}{4}$ mit Eiswürfeln füllen. Die Orange und die Limette direkt in den Shaker drücken, alle weiteren Zutaten bis auf das Trinkwasser dazugeben, dazu 3-5 Eiswürfel. Anschließend den Shaker kräftig schütteln. Wenn er außen beschlägt, ist alles kalt (ca. 8-10 Sekunden). Anschließend abseihen und ins Glas einfüllen. Das kalte Trinkwasser kommt on top.

Zutaten 1 Granatapfel
1 Orange
1 Limette
80 ml Apfelsaft naturtrüb
3 TL Puderzucker
3 Stk. Zimtblüten
100 ml Trinkwasser



Sweet 'n Sour

Trinkwasser sprudeln und die Grapefruit halbieren. Ein Glas zu $\frac{3}{4}$ mit Eiswürfel füllen. Die Grapefruit direkt in den Shaker drücken und alle weiteren Zutaten bis auf das Trinkwasser dazugeben, dazu 3-5 Eiswürfel. Kräftig schütteln. Wenn der Shaker außen beschlägt, ist alles kalt – so ca. 8-10 Sekunden. Anschließend abseihen und ins Glas einfüllen. Das kalte Trinkwasser kommt on top.

Zutaten 1 Stk. Grapefruit
120 ml Rhabarbernektar
20 ml Mangosirup
100 ml Trinkwasser



Asian Spiced

Die schnelle Variante: 20 ml Monin Grüner Tee Sirup (spart das Überbrühen).

Den Tee mit 200 ml Trinkwasser überbrühen – nicht kochen. Ziehen lassen, anschließend den Tee entnehmen und kühl stellen.

Das Glas mit $\frac{3}{4}$ Eiswürfel füllen, den Tee und den Rhabarbernektar dazugeben, eine halbe Zitrone ins Glas pressen und umrühren. Nun den Blue Curaçao Sirup aufsetzen. Eine Scheibe Zitrone und Ingwer ins Glas geben, den Basilikum obenauf legen.

Zutaten 7-10 g Grüner Tee
200 ml Trinkwasser
50 ml Rhabarbernektar
10 ml Blue Curaçao Sirup
1 Stk. Zitrone
1 Scheibe Ingwer
1 Stengel Basilikum



True Fruits

Trinkwasser sprudeln, die Limette halbieren sowie die Minzeblätter vom Zweig zupfen. Mangofleisch ohne Kern und alle Zutaten, außer dem Trinkwasser, pürieren. Das Fruchtmus ins Lieblingsglas geben und es zu $\frac{3}{4}$ mit Crushed Ice auffüllen. Nun das gesprudelte Trinkwasser dazugeben.

Zutaten 20 ml Holunderblüten Sirup
 $\frac{1}{2}$ Mango
1 Zweig Minze
1 Stk. Limette
40 ml Orangensaft
3 Stk. Zimtblüten
80 ml Trinkwasser



Spicy Orange

Trinkwasser sprudeln und die Zitrone halbieren.

Eine Zeste von der Schale der Zitrone schneiden (sehr dünn). Ein Glas randvoll mit Eiswürfeln füllen.

Die Zitrone direkt in den Shaker drücken und alle weiteren Zutaten bis auf das Trinkwasser dazugeben, dazu 3-5 Eiswürfel. Dann den Shaker sehr kräftig schütteln. Wenn er außen beschlägt, ist alles kalt (ca. 8-10 Sekunden). Den Shaker öffnen, abseihen und alles über die Eiswürfel im Glas gießen. Das kalte Trinkwasser kommt on top. Mit der Schale dekorieren, dazu diese in sich verdrehen und obenauf legen.

Zutaten 6 cl Gin
1 Stk. Zitrone
2 TL Orangenmarmelade
1 Eiweiß
1 TL rosa Pfefferbeeren
50 ml Trinkwasser



Lemonade de Sanssouci

Leckere Variation: den Puderzucker weglassen und stattdessen 20 ml Holunderblüten Sirup verwenden.

Trinkwasser sprudeln und Weintrauben waschen. Die Weintrauben ins Shakerglas geben und mit dem Stößel zerdrücken. Die Zitrone ins Glas mit den Weintrauben drücken und alle Zutaten bis auf das Trinkwasser in den Shaker geben, dazu 3-5 Eiswürfel. Kräftig schütteln. Wenn der Shaker außen beschlägt, ist alles kalt (ca. 8-10 Sekunden). Den Shaker öffnen, Bartsieb auflegen und alles ins Lieblingsglas gießen. Dann das Glas $\frac{3}{4}$ mit Crushed Ice auffüllen und noch einmal durchrühren. Das kalte Trinkwasser kommt on top.

Zutaten 6 cl Korn, Premium Qualität
2 cl Cointreau
 $\frac{1}{2}$ Stück Zitrone
1 handvoll Weintrauben
3 TL Puderzucker
50 ml Trinkwasser



La Paloma

Trinkwasser sprudeln und Grapefruit halbieren.

Das Lieblingsglas mit Eiswürfeln füllen, Tequila und Cointreau dazugeben.

Nun die Grapefruit direkt im Glas auspressen. Rhabarbernektar und Meersalz ergänzen sowie das kalte Trinkwasser dazugeben. Anschließend behutsam 2- bis 3-mal mit einem Barlöffel umrühren.

Eine Scheibe Ingwer dazugeben und servieren.

Zutaten 6 cl Tequila, 100%
 2 cl Triple Sec
 1 Pink Grapefruit
 50 ml Rhabarbernektar
 Prise Meersalz
 1 Scheibe Ingwer
 80 ml Trinkwasser



Kaffeerösterei Junick

Die Kaffeerösterei Junick befindet sich seit dem Jahre 2001 in der Lindenstraße 57, einer der schönsten Straßen Potsdams.

Bei uns können Sie einen der frischesten Kaffees unserer Stadt erleben, denn hier werden die Bohnen selbst geröstet und erst unmittelbar vor dem Servieren gemahlen.

In Potsdams wahrscheinlich einziger Rösterei wird der Rohkaffee veredelt. Durch die schonende Röstung erhält der Kaffee ein besonders intensives Aroma und ist dennoch äußerst bekömmlich. Die Röstung vor den Augen der Gäste ist in Potsdam und Umgebung etwas wirklich Einmaliges. Dieses einzigartige Erlebnis lässt sofort den Duft frischen Kaffees in die Nase steigen und verführt zum Probieren. Stilecht zu einer Tasse Kaffee bietet die Rösterei eine große Auswahl an leckeren und frisch zubereiteten Tartes, Torten und Kleingebäcken aus der eigenen Konditorei an. Außerdem gibt es hier die Auswahl von leckeren Frühstücksvarianten aus frischen Zutaten mit internationalem Flair: Ob „Mailänder Morgen“ oder „English Breakfast“ – wir bieten zum Kaffee das perfekte Urlaubsgefühl.

Infos unter (0331) 201 17 89
kaffeerosterei-potsdam.de



French Press

Den frisch gemahlene Kaffee mit kochend heißem Trinkwasser in der French-Press übergießen. Den Kaffee umrühren oder vorsichtig hin- und herschwenken. Danach den Kaffee verdichten und 3-5 Minuten ziehen lassen. Am Ende den Stempel langsam herunterdrücken und den French-Press Kaffee genießen.

Zutaten 10 g frisch gemahlene Kaffee
200 ml Trinkwasser



Matcha Eistee

Das Matcha-Pulver durch ein Sieb seihen, um eventuelle Klumpen zu entfernen und einen gleichmäßigeren, milderer Geschmack zu gewährleisten. Nun das Matcha Pulver in eine Schale geben und es mit dem aufgebrühten Trinkwasser von 200 ml übergießen. Am besten mit einem Bambusbesen (Chasen) einen dickflüssigen Teebrei anrühren. Danach die Schale zum Abkühlen zur Seite stellen. Die Limette schneiden und 2 Scheiben zusammen mit dem ¼ Apfel in ein Glas geben. Dann mit 50 ml Apfelsaft aufgießen. Vorsichtig den dickflüssigen Matcha-Teebrei dazugeben. Mit Strohalm und Rührstab den Matcha Eistee sofort servieren.

Zutaten 1 g Matcha Pulver
¼ Apfel
1 Limette
50 ml Apfelsaft
200 ml Trinkwasser



Heiße Schokolade

Die Milch erhitzen. Danach die 30 g Schokoladenpulver mit 50 ml heißem Trinkwasser überbrühen und umrühren. Langsam die heiße Milch unterrühren. Am Ende auf die heiße Schokolade etwas Schokoladenpulver oben drauf streuen und servieren.

Zutaten 30 g Schokoladenpulver
50 ml Trinkwasser
200 ml Milch
Schokoladenpulver zum Garnieren



Tipps und Tricks

- Bei der Zubereitung mit Kohlensäure versetztem Wasser oder Zusätzen, die diese enthalten, nicht zu viel rühren oder gar mixen. Beim Auffüllen auch immer darauf achten, dass so wenig wie möglich von der Kohlensäure verloren geht. Beim Einschenken das Glas schräg halten.
- Bei der Verwendung von Schalen von Zitrusfrüchten die Früchte vorher mit warmen Wasser waschen. Nicht vergessen: Die ätherischen Öle sitzen nur in der Außenhaut bei Zitrusfrüchten! In der weißen Innenhaut befinden sich Bitterstoffe.
- Eine dünne Scheibe einer Salatgurke vermindert die Süße des Drinks, was besonders gut ist bei sehr süßen Cocktails.
- Das Glas soll mindestens halb voll mit Eiswürfeln sein.
- Verwenden Sie immer 100%ige Direktsäfte und keine Nektare. Stören Sie sich nicht am Fruchtfleisch, dies ist ein zusätzliches Qualitätsmerkmal.
- Verwenden Sie regionale Produkte ohne künstliche Zusatzstoffe.

Impressum

Herausgeber	Energie und Wasser Potsdam GmbH, Steinstraße 101, 14480 Potsdam
Layout	Katja Levenhagen / SWP
Fotos	Katrin Paulus / SWP (Titelseite, Seiten 7-17, 29-34), Sven Kluge / Bar Promotion (Seiten 19-26), 123rf (Seiten 3, 27), Beate Wätzel (Foto Rückseite)
Druck	AMK Druck, Schlaatzweg 9, 14473 Potsdam
Auflage	1.000 Stück
Redaktionsschluss	30. Juni 2016



Energie und Wasser
Potsdam

**TRINK
WASSER**

**Echt
Potsdam.**

IST SAUBER. MACHT SAUBER: UNSER WASSER
ewp-potsdam.de