



Klassens sukkerfrie favoritt drikk

Kjøp inn forskjellige grønnsaker, frukt, bær og/eller urter og finn frem til den mest populære varianten av smaksatt vann. La alle i klassen gi terningkast til de ulike drikkene. Husk alltid å ha rikelig med isbiter. Drikk smaksatt vann til middagen og ellers når du er tørst.

Prøv gjerne noen av disse smaksvariantene:

- Gulrot i skiver eller skåret på langs med ostehøvel
- Slangeagurk i skiver eller skåret på langs med ostehøvel
- Skiver av kiwi uten skall
- Skiver eller båter av sitron
- Skiver eller båter av lime

- Skiver eller båter av appelsin
- Skiver eller båter av grapefrukt
- Bær (jordbær eller rips)
- En kvist med mynte
- En kvist med sitronmelisse
- Kombiner gjerne 2 ulike sorter frukter/bær/grønnsaker/urter og finn nye og spennende smaker

