

## Mocktails zu Weihnachten: Warum bis Neujahr mit dem Dry January warten?

**Bonn, 18. November 2025 – Weihnachten gilt als das Fest der Familie. Es ist ein Moment, in dem Generationen zusammenkommen, Traditionen gepflegt werden und gemeinsame Rituale Halt geben. In diesem Jahr könnte sich ein neuer Brauch dazugesellen: Mocktails zu Weihnachten. Diese alkoholfreien Drinks sind längst mehr als Ersatzgetränke. Sie treffen den Zeitgeist einer Generation, für die Gesundheit, Achtsamkeit und bewusstes Genießen selbstverständlich geworden sind.**

Während viele Menschen erst im Januar ihren "Dry January" starten, stellt sich die Frage: Warum eigentlich warten? Gerade die Festtage, an denen ohnehin alle zusammenkommen, bieten die perfekte Gelegenheit, alkoholfreien Genuss inklusiv und generationsübergreifend zu feiern. Ohne moralischen Zeigefinger, ohne Verzichtserzählung.

Der Trend stammt aus der Gen Z, die bewussten Alkoholverzicht als Lifestyle interpretiert. Doch er wirkt weit über diese Zielgruppe hinaus. Großeltern, Eltern und Jugendliche können gemeinsam mixen, probieren und Rezepte austauschen. Was als Trend begonnen hat, kann sich zu einem sozialen Ritual entwickeln, das die ganze Familie einbindet.

Moderne Mocktails mit hochwertigen Fruchtsäften, Kräutern, Gewürzen und frischen Zutaten sind aromatisch, variantenreich und lassen sich mühelos auf individuelle Vorlieben anpassen. Von festlich-winterlich bis fruchtig-frisch ist für jeden etwas dabei.

Der Verband der deutschen Fruchtsaft-Industrie (VdF) sieht darin nicht nur einen kurzfristigen Trend: "Mocktails erleben seit einiger Zeit einen regelrechten Boom. Sie machen Genuss für alle möglich, ohne Ausgrenzung, ohne Druck und ohne Alkohol", so Verbandsgeschäftsführer Klaus Heitlinger.

Für die Festtage bieten sich besonders winterliche Mocktail-Varianten an: etwa Granatapfel Orangen Fizz, Apfel Zimt Sour oder ein festlicher Trauben Rosmarin Spritz. Die Zutaten sind überall erhältlich, die Zubereitung gelingt auch Anfängern und schon Kinder können beim Dekorieren helfen.

Warum also bis Januar warten? Weihnachten 2025 könnte ein guter Zeitpunkt sein, neue Rituale zu etablieren. Mit Mocktails als festliche, moderne Alternative zu Sekt und Co. und als verbindendes Element über die Generationen hinweg. In diesem Sinne: Frohe, alkoholfreie Weihnachten!



## Drei schnelle Mocktail-Rezepte für das Weihnachtsessen:

(Zutaten jeweils für 1 Glas)

### Apfel-Zimt Sour

- 200 ml naturtrüber Apfelsaft
- 10 ml Zitronensaft
- Eine Prise Zimt
- Eiswürfel
- Apfelscheiben zur Dekoration

Apfelsaft und Zitrone shaken, in ein Glas mit Eis gießen und mit Zimt bestäuben. Apfel und Zimt gehören zu den klassischen Winter- und Weihnachtsaromen. Der Drink erinnert an Bratapfel, wirkt aber durch die Zitrone angenehm frisch.

**Tipp:** Zimt als Zimt-Zucker-Rand am Glas aufbringen. Sieht schön aus und wirkt noch festlicher.

### Trauben-Rosmarin Spritz

- 150 ml weißer Traubensaft
- Mineralwasser
- Ein Zweig frischer Rosmarin
- Zitronenzeste (dünn abgehobener Streifen der äußeren Zitronenschale)

Traubensaft mit Mineralwasser mischen, Rosmarinzweig leicht andrücken und ins Glas geben.

Rosmarin erinnert in Duft und Optik an Tannennadeln. Weißer Traubensaft macht den Drink hell, elegant und leicht spritzig.

**Tipp:** Den Rosmarinzweig leicht mit einem Bunsenbrenner oder Feuerzeug anflammen (ganz kurz!) – das setzt ein feines, rauchiges Aroma frei.

### Granatapfel Orangen Fizz

- 100 ml Orangensaft
- 80 ml Granatapfelsaft
- 1 Teelöffel Zitronensaft (optional, für mehr Frische)
- 1–2 Teelöffel Granatapfelkerne
- Mineralwasser mit Kohlensäure
- Eiswürfel
- Orangenzeste oder kleine Orangenscheibe zur Dekoration

Ein Glas mit Eiswürfeln füllen. Orangensaft, Granatapfelsaft und optional Zitronensaft in das Glas gießen und kurz umrühren. Mit Mineralwasser oder alkoholfreiem Sekt auffüllen, bis das Glas spritzig voll ist. Granatapfelkerne dazugeben. Mit Orangenzeste oder einer kleinen Orangenscheibe dekorieren.

**Tipp:** Für eine leichte winterliche Note kann man eine kleine Zimtstange ins Glas geben oder den Glasrand mit Zucker und etwas Orangenschale aromatisieren.



---

### **Zum Verband der deutschen Fruchtsaft-Industrie**

Der Verband der deutschen Fruchtsaft-Industrie e. V. in Bonn wurde 1951 gegründet. Rund 300 Fruchtsaft-, Fruchtnektar-, Gemüsesaft- und Gemüsenektarhersteller Deutschlands sind Mitglied.

Der Verband vertritt die gemeinsamen Interessen der Branche im In- und Ausland.

Infos zum Thema Mocktail & Fruchtsaft: **[www.mocktailmatch.de](http://www.mocktailmatch.de)**

Wenn Sie Fragen haben oder weitere Informationen und Daten wünschen, wenden Sie sich bitte an:

Klaus Heitlinger  
Geschäftsführer  
Verband der deutschen Fruchtsaft-Industrie e. V.  
Mainzer Straße 253  
D-53179 Bonn  
Telefon: +49 2 28 9 54 60-0  
Mobil: +49 171 7701246  
[info@fruchtsaft.org](mailto:info@fruchtsaft.org)  
[www.fruchtsaft.de](http://www.fruchtsaft.de)