

## Switchel, ny kolsyrad dryck med äppelcidervinäger från Karma Drinks

Switchel är ingen ny företeelse; Redan på 1700-talet var drycken populär hos sjömän och bönder tack vare att den visade sig vara en utmärkt törstsläckare samtidigt som den var energigivande. En traditionell Switchel består av 4 ingredienser: vatten, ingefära, äppelcidervinäger och ett sötningsmedel, såsom honung eller lönn sirap. Ett annat namn för Switchel är "Haymakers Punch".

### Hälsoeffekter



Switchel är lätt och uppfriskande och är inte bara en effektiv törstsläckare utan tillskrivs även en del hälsofördelar. Den är näringsrik och boostar din energi, ersätter elektrolyter och påstås även stärka såväl immunförsvaret som att främja ämnesomsättningen. En Switchel innehåller en matsked äppelcidervinäger vilket ungefär motsvarar rekommenderat dagligt intag. Istället för vanligt socker innehåller drycken det naturliga sötningsmedlet stevia; Switchel är en dryck med lågt GI vilket innebär att den har liten påverkan på blodsockernivån.

### Kombucha och Switchel, vad är skillnaden?

Kombucha innehåller fermenterat te medan Switchel görs på fermenterade äpplen (äppelcidervinäger). Båda drycker innehåller god bakteriekultur som är bra för magen. Switchel innehåller ingen alkohol och inget koffein. Switchel kan beskrivas som något friskare än kombucha på grund av syligheten från äppelcidervinägern.

Dryckerna ingår i Karma Cola Foundation där 1 % av förtjänsten går till välgörande ändamål med specifika ändamål, såsom förbättring av infrastruktur, hälsa och utbildning. Läs mer om Karma Cola foundation [här](#).

### Pris och smaker

Switchel finns i tre smaker: citron och ingefära, äpple och svartvinbär samt passionsfrukt och persika. En flaska innehåller 30 cl och kostar ca 35-45 kr.

### Återförsäljare

Karma Drinks Switchel säljs exempelvis på: Kale & Crave - Stockholm, Materia - Göteborg, Ica

Liljeholmen - Stockholm, Akki Sushi - Stockholm, Kahls The & Kaffehandel - Farsta (Stockholm), Oh  
Poké - Stockholm, Foodmonster - Stockholm. Hamngatan 12 - Östersund och Sega Gubben - Göteborg.