

Joghurt-Erdbeer-Eis

Zutaten:

- 200 g (mit 10 % Fett) Joghurt
- 500 g Erdbeeren
- 10 Blätter frische Minze
- 1 (mit unbehandelter Schale) Zitrone
- 50 ml Birnensaft

Erdbeeren waschen, putzen und klein schneiden. Die Schale der Zitrone abreiben und den Saft auspressen. Alles in einen Behälter geben, Minze und Birnensaft dazugeben und mit einem Stabmixer pürieren, bis ein gleichmäßiges Fruchtpüree entstanden ist.

Das Erdbeerpüree unter den Joghurt mischen und in kleine Gläschen füllen. Als Stil einen Teelöffel oder Holzstab in die Joghurt-Erdbeer-Mischung stecken und die Gläser in ein Tiefkühlfach stellen. Nach 4-6 Stunden ist das Eis ausreichend gefroren.

Gläschen kurz in warmes Wasser stellen, um das Eis am Stil leichter aus den Gläschen zu bekommen.

Tipp: Je höher der Fettgehalt des Joghurts und desto weniger Birnensaft enthalten ist, desto weniger Eiskristalle bilden sich im Eis.

Sendung/Quelle: Visite

Letzter Sendetermin: 14.05.2019

Koch/Köchin: Thomas Sampl

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen