

BROMBEER-JOGHURT-EIS

Allns to sien Tiet

BROMBEEREN

SAISON VON JULI BIS OKTOBER



ZUTATEN

- 300 G BROMBEEREN
- 200 G SAHNEJOGHURT, NATUR
- 100 ML SCHLAGSAHNE
- 50 G ZUCKER (ALTERNATIV DATTELZUCKER, HONIG ODER AHORNSIRUP)
- 1 EL SAFT EINER FRISCHEN ZITRONE
- OPTIONAL: 3-4 FRISCHE MINZBLÄTTER

ZUBEREITUNG

1. BROMBEEREN VERLESEN, VORSICHTIG WASCHEN UND ABTROPFEN LASSEN.
2. MIT 30 G ZUCKER PÜRIEREN.
3. SAHNE STEIF AUFSCHLAGEN, DABEI 20 G ZUCKER ZUFÜGEN.
4. JOGHURT MIT ZITRONENSAFT GLATTRÜHREN, DIE SAHNE UNTERHEBEN.
5. ANSCHLIEßEND BEERENPÜREE UNTERRÜHREN.
6. MINZE FEIN HACKEN UND HINZUFÜGEN (OPTIONAL).
7. DIE MASSE IN EINE FLACHE AUFLAUFFORM MIT DECKEL FÜLLEN UND EINFRIEREN.
8. WÄHREND DER ERSTEN 3 STUNDEN ALLE 30-45 MINUTEN UMRÜHREN, DAMIT DAS EIS CREMIG BLEIBT.

TIPP: VOR DEM SERVIEREN 5-10 MINUTEN ANTAUEN LASSEN UND MIT FRISCHEN BROMBEEREN SOWIE MINZE GARNIEREN.

