

Himbeer-Eiscreme



ZUTATEN: (2-3 Portionen)

- 1 Banane
- 5 EL Naturjoghurt/
Sojajoghurt
- 100g Himbeeren (TK)

Topping

- 2 EL Cashewkerne
- Frische Himbeeren

SCHRITTE:

Vorbereitung

- 1) Die Banane schälen, in Scheiben schneiden und in einer Dose für ca. 2 Stunden (oder länger) in den Gefrierschrank legen.

Zubereitung

- 1) Den Joghurt in ein hohes Gefäß/Mixer geben, die gefrorenen Bananenscheiben und Himbeeren dazu geben und alles vorsichtig pürieren/mixen, evtl. zwischendurch umrühren.
- 2) Wenn die Konsistenz zu flüssig geworden ist, nochmal für 15-20 Minuten in den Gefrierschrank stellen.
- 3) Das Eis auf zwei Schüsseln aufteilen und nach Belieben mit Cashewkernen und frischen Himbeeren garnieren.
- 4) Sofort genießen. 😊

GEHEIMTIPPS:

- Die Bananenscheiben können auch schon einige Tage im Voraus eingefroren werden (evtl. vor dem pürieren kurz antauen lassen, damit sie nicht zu hart sind).
- Die Himbeeren können durch jegliche andere gefrorene Obstsorten ersetzt werden (z.B. Heidelbeeren, Erdbeeren, Kirschen, Mango,..)

**Unser
Club.de**

