

Mir ist so heiß, ich will ein Eis!

Wir haben für euch ein paar eisige Ideen zusammengestellt!

Süße Freude beim Ausprobieren! 😊

Schnelles Fruchteis

- 200 g Skyr oder Topfen
- 2 EL Naturjoghurt
- 300 g gefrorenes Obst (Beeren oder Mango oder Banane)
- 3 TL Honig
- 1 Pürierstab oder einen Mixer

Alle Zutaten, bis auf das Joghurt, in einem hohen Gefäß mit einem Pürierstab oder mit einem Blitzhacker gut vermischen. Zum Schluss noch das Joghurt unterrühren. Das Eis kann sofort gegessen werden.



Selbstgemachtes Wassereis

- 250 g Erdbeeren
- 1 Mango
- 2 Kiwis

Die Erdbeeren waschen, den Strunk entfernen, die Mango schälen, den Kern vom Fruchtfleisch lösen, die Kiwis schälen und alles einzeln kleiner schneiden.

Dann jede Obstsorte separat pürieren. Mit dem Erdbeermus beginnen: in eine Eisform einfüllen und für 1 Stunde einfrieren. Danach das Mangomus darüber schichten und wieder für 1 Stunde in den Gefrierschrank geben. Zum Schluss noch Kiwimus in die Eisformen füllen und wieder 1 Stunde einfrieren.

Schokoladen-Eis

- 2 in mundgerechte Stücke geschnittene und gefrorene Bananen
- 50 g Schokolade nach Wahl (Vollmilch oder Zartbitter)
- 1-2 EL Kakaopulver (für eine dunkle Farbe Backkakao verwenden)
- 3-4 EL Skyr oder Topfen

Die Schokolade in einem Mixer oder mit einem Messer grob hacken. Bananenstücke, Kakaopulver und Skyr/Topfen in einem Mixer oder mit einem Pürierstab cremig mixen. Danach die Schokoladenstücke unter das Eis rühren. Passt super zu Palatschinken! 😊