



JOGHURT- HIMBEER-EIS

ZUM SELBST MACHEN

WAS DU BRAUCHST:

- 400 g gefrorene Himbeeren (oder andere Früchte)
- 4 EL Agavensirup
- 4 EL Joghurt (Naturjoghurt oder griechischer Joghurt)

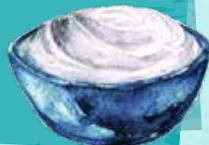
1. Die gefrorenen Beeren oder Früchte zusammen mit den anderen Zutaten in einen Mixer (600 Watt) oder Multi-zerkleinerer geben. Dabei solltest du unbedingt vorher prüfen, ob deine Küchenmaschine auch zum Pürieren gefrorener Zutaten geeignet ist. Frag am besten deine Eltern, die dir auch bei diesem Arbeitsschritt behilflich sein sollten.

1.



2.

So lange mixen, bis eine cremige Masse entstanden ist. Eventuell noch etwas Joghurt löffelweise nachgeben, damit das Eis nicht zu flüssig wird. Die Konsistenz sollte eher cremig als fest sein. Wer es süßer mag, kann mehr Agavensirup nehmen oder diesen durch Honig ersetzen. Zucker ist nicht geeignet, da er sich nicht auflöst.



LECKER
LECKER
LECKER

3.

Sollte deine Küchenmaschine etwas länger benötigen, um alles zu pürieren, und das Eis flüssig werden, stell die Masse nach dem Pürieren für circa 5 bis 10 Minuten in die Tiefkühltruhe. Danach kannst du das Eis sofort servieren und genießen.



VIEL SPASS BEIM
AUSPROBIEREN !!