

Erdbeereiscreme

Zutaten für 4 Personen

300 g Erdbeeren

100 ml Schlagsahne

100 g Naturjoghurt 1,5% Fett

Süßstoff



Frische Erdbeeren säubern und ca. 2 Stunden einfrieren (Sie können auch Tiefkühlerdbeeren verwenden). Sahne steif schlagen. Die gefrorenen Früchte mit einem Mixstab pürieren und den Joghurt dazu geben. Mit etwas Süßstoff süßen. Die geschlagene Sahne unterheben und die Masse im Eisschrank ca. 1 Stunde gefrieren lassen. Zwischendurch öfter umrühren. Mit einem Eisportionieren Kugeln zubereiten und Schalen anrichten.

Pro Portion

Energie 108 kcal

Fett 8 g

Kohlenhydrate 6 g

Eiweiß 2 g