

# RAN AN DIE OBSTRESTE



## ERFRISCHENDES EIS

- 300 g übrig gebliebenes Obst, z.B. Banane, Pfirsich, Aprikose, Mango, Erdbeeren, Heidelbeeren
- 200 g Sahne (alternativ: Joghurt, Buttermilch)
- Puderzucker (alternativ: Honig, Agavendicksaft, Ahornsirup)



1. Schneide das übrig gebliebene Obst klein und friere es ein.
2. Mische das gefrorene Obst mit Sahne, Joghurt oder Buttermilch und mixe es so lange bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.
3. Schmecke die Eismasse mit Puderzucker, Honig oder Agavendicksaft ab.
4. Stelle die Eismasse für einige Minuten in das Gefrierfach oder genieße es direkt.