

MACH MIT!

12

SO MACHST DU... HIMBEER-EIS AM STIEL

Herbsthimbeeren wachsen bis zum ersten Frost im Oktober oder November. Greife also zu, solange es die leckeren Früchte noch frisch zu ernten oder zu kaufen gibt. Hier erfährst du, wie du damit eine leckere Süßigkeit machen kannst.



1. Schneide die Vanilleschote mit einem Messer auf einem Brett auf und hole mit der Messerspitze das Mark heraus. Vermenge das Mark mit dem Sahnejoghurt und etwa 60 Gramm Puderzucker in einer Schüssel.

2. Wasche die Himbeeren, gib sie in eine hohe Schüssel und gib 60 Gramm Puderzucker hinzu. Püriere alles mit einem Stabmixer und streiche die Mischung anschließend durch ein Sieb.

3. Gib das „gesiebte“ und von den Kernen befreite Himbeerpüree in die Joghurt-Schüssel und rühre nur ein paar Mal um, so dass sich Joghurt und Himbeerpüree nicht vollständig miteinander vermischen.

4. Fülle die marmorierte Himbeer-Joghurt-Mischung mit einem Löffel in Eis-am-Stiel-Formen und stelle sie ins Gefrierfach. Nach fünf bis sechs Stunden kannst du das Eis wieder herausholen, aus den Formen lösen und servieren.

DAS BRAUCHST DU:

- 200 g Himbeeren
- 120 g Puderzucker
- Mark von einer Vanilleschote
- 250 g Joghurt (3,5 bis 4 Prozent Fett)
- Stabmixer
- Eis-am-Stiel-Formen
- Sieb
- Schüsseln, Messer, Löffel

Tippl!

Statt Himbeeren kannst du zum Beispiel auch Brombeeren verwenden. Und wenn du keine passenden Formen hast, fülle die Masse in Becher und stecke nach dem ersten Anfrieren Holzstäbe hinein.

FERTIG IST DAS HIMBEER-EIS!