

# **Eis selber machen**

Das große Eis Buch mit leckeren Eis Rezepten für die Eismaschine. Inklusive Sorbets, Ideen für Kinder sowie vegane und zuckerfreie Eisrezepte

# Inhalt

<b>Vorwort .....</b>	<b>8</b>
<b>Hinweis zu den Rezepten .....</b>	<b>9</b>
<b>Fruchtige Eisideen .....</b>	<b>10</b>
Erdbeer-Joghurt-Eis .....	10
Mango-Vanille-Eis.....	11
Himbeer-Zitronen-Eis .....	12
Kirscheis mit Buttermilch .....	13
Apfel-Birne-Sorbet .....	14
Heidelbeer-Minz-Eis .....	15
Banane-Kokos-Eis .....	16
Trauben-Zimt-Eis.....	17
Pfirsich-Joghurt-Eis.....	18
Brombeer-Basilikum-Eis .....	19
Kiwi-Limetten-Eis .....	20
Granatapfel-Himbeer-Eis .....	21
Ananas-Mango-Eis.....	22
Rhabarber-Eis mit Vanillenote.....	23
Wassermelonen-Sorbet .....	24

<b>Cremige Eisideen .....</b>	<b>25</b>
Vanille-Schmand-Eis.....	25
Schokoladen-Sahne-Eis.....	26
Karamell-Milch-Eis.....	27
Nuss-Nougat-Eis.....	28
Mascarpone-Zimt-Eis.....	29
Pudding-Vanille-Eis.....	30
Milchreis-Zitrus-Eis .....	31
Quark-Brombeer-Eis .....	32
Weiße-Schokolade-Eis.....	33
Buttermilch-Honig-Eis .....	34
Kaffee-Kakao-Eis.....	35
Schoko-Kirsch-Eis .....	36
Joghurt-Honig-Eis.....	37
Zimt-Vanille-Eis .....	38
Crème-fraîche-Eis mit Apfel.....	39
<b>Vegane Eisideen .....</b>	<b>40</b>
Kokos-Himbeer-Eis .....	40
Cashew-Ananas-Eis .....	41

Sojamilch-Banane-Eis.....	42
Hafermilch-Schoko-Eis .....	43
Mandel-Vanille-Eis.....	44
Avocado-Zitrone-Eis.....	45
Reismilch-Himbeer-Eis.....	46
Dattel-Kakao-Eis.....	47
Haselnuss-Kokos-Eis .....	48
Buchweizen-Heidelbeer-Eis.....	49
Espresso-Banane-Eis .....	50
Pistazien-Soja-Eis.....	51
Brombeer-Mandel-Eis .....	52
Limetten-Kokos-Sorbet.....	53
Grapefruit-Minz-Sorbet .....	54
<b>Zuckerfreie Eisideen.....</b>	<b>55</b>
Johannisbeere-Eis .....	55
Papaya-Kokos-Eis.....	56
Birnen-Zimt-Eis .....	57
Bananeneis.....	58
Brombeer-Soja-Eis .....	59

Feigen-Vanille-Eis.....	60
Avocado-Limetten-Eis.....	61
Zitronen-Basilikum-Eis .....	62
Zartbitterschoko-Eis .....	63
Wassermelonen-Eis .....	64
Zucchini-Minze-Eis.....	65
Kürbis-Schoko-Eis.....	66
Macadamia-Birnen-Eis .....	67
Apfel-Kardamom-Eis.....	68
Waldbeeren-Joghurt-Eis.....	69
<b>Eisideen für den Winter .....</b>	<b>70</b>
Spekulatius-Eis .....	70
Lebkuchen-Schoko-Eis .....	71
Bratapfel-Eis.....	72
Zimtstern-Eis.....	73
Apfelstrudel-Eis.....	74
Glühwein-Eis .....	75
Vanillekipferl-Eis .....	76
Marzipan-Kirsch-Eis .....	77

Zwetschgen-Zimt-Eis .....	78
Orangen-Zimt-Eis .....	79
Gebrannte-Mandeln-Eis .....	80
Schoko-Nuss-Eis.....	81
Hafer-Cranberry-Eis .....	82
Tonkabohne-Kirsch-Eis .....	83
Mohn-Vanille-Eis.....	84
<b>Exotische Eisideen.....</b>	<b>85</b>
Matcha-Kokos-Eis.....	85
Litschi-Joghurt-Eis .....	86
Jackfruit-Mango-Eis .....	87
Chai-Milch-Eis.....	88
Guave-Kokos-Eis .....	89
Yuzu-Zitronen-Eis .....	90
Möhre-Orange-Eis .....	91
Tamarinden-Eis .....	92
Drachenfrucht-Eis .....	93
Mango-Passionsfrucht-Eis .....	94
Szechuan-Pfeffer-Eis .....	95

Süßkartoffel-Kokos-Eis .....	96
Thai-Tee-Eis .....	97
Heidelbeer-Basilikum-Eis .....	98
Papaya-Zimt-Eis .....	99
<b>Eisideen für Kinder .....</b>	<b>100</b>
Schoko-Bananen-Eis .....	100
Regenbogen-Sorbet .....	101
Kaugummi-Eis .....	102
Tutti-Frutti-Eis .....	103
Wackelpudding-Waldbeer-Eis .....	104
Blaubeer-Sternchen-Eis .....	105
Joghurt-Gummibärchen-Eis .....	106
Multivitamin-Eis .....	107
Traubensaft-Sorbet .....	108
Popcorn-Karamell-Eis .....	109
Zuckerwatte-Eis .....	110
<b>Schlusswort .....</b>	<b>111</b>
<b>Impressum .....</b>	<b>112</b>

# Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,

die Leidenschaft fürs Kochen begleitet mich schon seit vielen Jahren – vor allem, wenn es darum geht, mit einfachen Zutaten etwas Besonderes zu schaffen. Eis hat dabei für mich immer einen ganz eigenen Zauber: Es verbindet Kindheitserinnerungen mit Kreativität und purem Genuss.

In einer Zeit, in der viele Menschen mehr Wert auf natürliche Zutaten und selbstgemachte Speisen legen, wächst auch das Interesse daran, Eis nicht nur zu genießen, sondern selbst herzustellen. Dieses Buch richtet sich an alle, die Eis lieben – und dabei wissen möchten, was wirklich drinsteckt.

Eis selber zu machen bedeutet nicht nur, auf künstliche Zusätze zu verzichten, sondern auch, den Geschmack neu zu entdecken. Ob cremige Klassiker, fruchtige Sorbets, vegane Varianten oder zuckerfreie Alternativen – dieses Buch bietet Dir eine Vielzahl an Rezepten, die sich einfach umsetzen lassen und mit Genuss überzeugen.

Mit einer Eismaschine und den richtigen Zutaten lassen sich köstliche Kreationen ganz nach Deinem Geschmack herstellen – für Dich, Deine Familie oder Gäste. Auch Kinder kommen mit eigenen Eisideen auf ihre Kosten.

Was wir essen, beeinflusst nicht nur unseren Körper, sondern auch unser Wohlbefinden. Die Freude am Selbermachen, das bewusste Auswählen der Zutaten und der Moment, in dem man sein selbstgemachtes Eis probiert – all das macht den Unterschied.

Dieses Buch soll Dich inspirieren, kreativ zu werden, Neues auszuprobieren und den Eisgenuss ganz neu zu erleben. Ob Du gerade erst anfängst oder bereits Erfahrung hast: Du wirst hier viele Ideen finden, die Lust auf mehr machen.

Ich wünsche Dir viel Freude beim Ausprobieren, Verfeinern und natürlich beim Genießen!

## Hinweis zu den Rezepten

Du wirst vielleicht bemerkt haben, dass in meinem Kochbuch etwas fehlt, was in vielen anderen Kochbüchern üblich ist: Bilder. Ich habe lange über diese Entscheidung nachgedacht und möchte dir gerne erläutern, warum ich diesen unkonventionellen Weg gewählt habe.

In erster Linie glaube ich fest daran, dass das Kochen eine Kunst ist, und wie bei jeder Kunst, spielen Vorstellungskraft und Kreativität eine entscheidende Rolle. Wenn ich dir genau vorschreibe und zeige, wie ein Gericht aussehen sollte, dann könnte ich ungewollt deine eigene Kreativität und Vorstellungskraft einschränken. Ich möchte, dass du dir beim Lesen meiner Rezepte eigene Bilder in deinem Kopf formst, dass du die Zutaten und das Endprodukt in deiner Vorstellung farbenfroh und lebendig visualisierst.

Dann gibt es da noch einen weiteren, sehr persönlichen Grund. Ich bin der Meinung, dass Bilder oft Erwartungen setzen. Wie oft habe ich schon ein Gericht nach einem Rezept zubereitet und war enttäuscht, weil es nicht genau so aussah wie auf dem Bild? Diesen Druck, ein perfektes, fotogenes Ergebnis zu erzielen, möchte ich dir ersparen. Ich möchte, dass du das Kochen genießt, ohne dich ständig mit einem Bild vergleichen zu müssen. Es geht um den Geschmack, das Erlebnis und das Teilen von Mahlzeiten mit denen, die dir nahe stehen, nicht um die Perfektion eines Fotos.

Ein weiterer Aspekt ist die Einzigartigkeit. Jeder von uns hat einen anderen Geschmack, andere Vorlieben und einen anderen Stil beim Anrichten. Wenn du mein Rezept nimmst und es zu deinem eigenen machst, wird es etwas Einzigartiges sein, etwas, das nur du so kreieren kannst. Und dieser Gedanke erfüllt mich mit Freude.

Schließlich möchte ich, dass mein Kochbuch nicht nur eine Anleitung, sondern auch eine Inspirationsquelle ist. Ich hoffe, dass du die Freiheit, die ich dir durch das Fehlen von Bildern gebe, als eine Einladung siehst, zu experimentieren, zu improvisieren und über den Tellerrand hinauszuschauen.

# Fruchtige Eisideen

## Erdbeer-Joghurt-Eis

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Portionen: 4

### Zutaten:

- 250 g reife Bio-Erdbeeren, gewaschen und geviertelt
- 200 g griechischer Joghurt (10 % Fett)
- 100 ml Schlagsahne
- 60 g Puderzucker, gesiebt
- 1 TL Bio-Zitronensaft
- 1 TL fein abgeriebene Bio-Limetenschale
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 Prise Meersalz

### Zubereitung:

1. Gib die Erdbeeren zusammen mit dem Zitronensaft und dem Puderzucker in eine Schüssel und lasse sie 10 Minuten bei Zimmertemperatur stehen, damit sie Saft ziehen. In der Zwischenzeit schlägst du die Sahne mit einer Prise Meersalz locker auf – nicht steif, aber so, dass sie sichtbar dicklicher wird.
2. Die marinierten Erdbeeren pürierst du anschließend in einem hohen Gefäß mit einem Stabmixer fein. Rühre den Joghurt, die Limettenschale und das Vanilleextrakt unter das Erdbeerpüree. Danach hebst du die geschlagene Sahne vorsichtig unter, bis eine gleichmäßige Masse entsteht.
3. Fülle die Mischung in deine Eismaschine und lasse sie nach den Angaben des Herstellers gefrieren. Guten Appetit.

# Mango-Vanille-Eis

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 1 große reife Bio-Mango, geschält und in kleine Würfel geschnitten
- 200 ml Schlagsahne
- 150 ml Bio-Vollmilch
- 1 Vanilleschote, längs aufgeschnitten und Mark herausgekratzt
- 2 EL heller Rohrzucker
- 1 TL Bio-Zitronensaft
- 1 TL Bio-Honig
- 1 Prise feines Meersalz

## Zubereitung:

1. Gib die Mango mit dem Zitronensaft, Honig und einer Prise Salz in einen kleinen Topf. Erhitze alles bei mittlerer Hitze für etwa 5 Minuten, bis die Mango weich wird und etwas Saft zieht. Danach nimmst du den Topf vom Herd und lässt die Mischung auf Zimmertemperatur abkühlen.
2. Währenddessen erwärmst du die Milch vorsichtig in einem zweiten Topf und gibst das Mark der Vanilleschote sowie die ausgekratzte Schote hinzu. Lass alles für etwa 3 Minuten leicht köcheln, dann nimm die Schote wieder heraus. Rühre den Zucker ein und lasse ihn vollständig auflösen.
3. Schlag die Sahne kurz an, bis sie leicht dicklich ist – aber nicht steif. Dann gibst du die Vanillemilch langsam unter ständigem Rühren zur Sahne.
4. Püriere nun die abgekühlte Mango mit einem Stabmixer, bis eine glatte Masse entsteht. Gib das Püree zur Vanillemischung und verrühre alles gleichmäßig.
5. Fülle die Mischung in deine Eismaschine und verarbeite sie nach den Angaben des Herstellers, bis eine cremige Konsistenz erreicht ist. Guten Appetit.

# Himbeer-Zitronen-Eis

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 200 g frische Bio-Himbeeren, gewaschen
- 2 Bio-Zitronen, Schale fein abgerieben und Saft ausgepresst
- 250 ml Schlagsahne
- 100 ml Bio-Vollmilch
- 80 g Zucker
- 2 TL Vanillezucker
- 1 Prise Salz
- 1 EL Bio-Zitronenmelisse, fein gehackt
- 1 EL heller Sirup (z. B. Bio-Agavendicksaft)

## Zubereitung:

1. Gib die Himbeeren zusammen mit dem Zitronensaft, der Zitronenschale, dem Zucker und dem Sirup in einen kleinen Topf. Erhitze alles bei mittlerer Hitze etwa 4 Minuten, bis die Himbeeren weich werden und sich der Zucker aufgelöst hat. Rühre zwischendurch um. Nimm die Mischung vom Herd und streiche sie durch ein feines Sieb, um die Kerne zu entfernen. Lass das Himbeer-Zitronenpüree vollständig abkühlen.
2. In einer Schüssel rührst du Milch, Sahne, Vanillezucker, Salz und die fein gehackte Zitronenmelisse zusammen. Gieße anschließend das abgekühlte Fruchtpüree hinein und vermische alles gut mit einem Schneebesen.
3. Fülle die Mischung in deine Eismaschine und verarbeite sie nach den Angaben des Herstellers, bis das Eis cremig und fest geworden ist. Guten Appetit.

# Kirscheis mit Buttermilch

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 250 g entsteinte, süße Kirschen, grob gehackt (frisch oder aufgetaut)
- 200 ml Bio-Buttermilch
- 100 g Schmand
- 80 g Zucker
- 2 TL Bio-Zitronensaft, frisch gepresst
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 Prise Salz
- 1 TL Speisestärke
- 2 EL Wasser

## Zubereitung:

1. Röhre die Speisestärke mit 2 EL Wasser in einem kleinen Topf glatt. Gib die gehackten Kirschen zusammen mit dem Zucker und dem Zitronensaft dazu und erhitze alles unter Rühren für etwa 5 Minuten bei mittlerer Hitze. Sobald die Kirschen weich sind und leicht zerfallen, gib die angerührte Stärke dazu und lasse die Mischung nochmal kurz aufkochen, bis sie leicht andickt. Dann vollständig abkühlen lassen.
2. Püriere die abgekühlte Kirschmasse grob, sodass noch kleine Stückchen übrig bleiben. Vermische sie mit der Buttermilch, dem Schmand, dem Vanilleextrakt und einer Prise Salz in einer Schüssel. Röhre die Masse nur so lange, bis sie gleichmäßig aussieht.
3. Fülle die Mischung in deine Eismaschine und lasse sie nach den Angaben des Herstellers gefrieren. Guten Appetit.

# Apfel-Birne-Sorbet

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 2 süße Bio-Äpfel, geschält, entkernt und grob gewürfelt
- 2 reife Bio-Birnen, geschält, entkernt und grob gewürfelt
- 80 g heller Rohrzucker
- 1 EL Bio-Zitronensaft
- 1 Prise Salz
- 60 ml naturtrüber Bio-Apfelsaft
- 40 ml Bio-Birnensaft
- 1 Msp. gemahlener Kardamom
- 1 TL fein geriebene Bio-Zitronenschale

## Zubereitung:

1. Gib die Apfel- und Birnenstücke zusammen mit dem Zitronensaft in einen Topf und erhitze sie auf mittlerer Stufe für etwa 5 Minuten, bis sie weich werden, aber nicht zerfallen. Dann vom Herd nehmen und abkühlen lassen.
2. Gib die abgekühlten Früchte mit dem Rohrzucker, Apfelsaft, Birnen- saft, einer Prise Salz, Kardamom und der Zitronenschale in einen Mi- xer. Mixe alles zu einer glatten Masse, ohne Stücke.
3. Stelle die Mischung für etwa 1 Stunde in den Kühlschrank, damit sie gut durchkühlt. Danach kannst du sie in deine Eismaschine geben und nach den Angaben des Herstellers zu einem cremigen Sorbet verarbei- ten. Guten Appetit.

# Heidelbeer-Minz-Eis

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 150 g frische Bio-Heidelbeeren, gewaschen
- 2 Zweige frische Minze, Blätter fein gehackt
- 250 ml Schlagsahne
- 150 ml Bio-Vollmilch
- 80 g Schmand
- 90 g Zucker
- 1 EL Bio-Zitronensaft
- 1 TL Vanillezucker
- 1 TL fein geriebene weiße Schokolade

## Zubereitung:

1. Zuerst gibst du die Heidelbeeren mit dem Zucker und dem Zitronensaft in einen kleinen Topf. Erhitze alles bei mittlerer Hitze für etwa 5 Minuten, bis die Beeren leicht aufplatzen. Dabei gelegentlich umrühren. Danach mit einer Gabel grob zerdrücken und vollständig abkühlen lassen.
2. Währenddessen verrührst du die Schlagsahne mit der Milch, dem Schmand, dem Vanillezucker und der weißen Schokolade in einer Schüssel, bis eine gleichmäßige Masse entsteht. Gib die gehackten Minzblätter dazu und rühre erneut gut durch.
3. Sobald das Heidelbeerpüree abgekühlt ist, hebst du es unter die Sahnehäufung. Es muss nicht komplett vermischt sein.
4. Fülle die Mischung in deine Eismaschine und lasse sie nach den Angaben des Herstellers verarbeiten. Guten Appetit.

# Banane-Kokos-Eis

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 3 reife Bio-Bananen, geschält und in Scheiben geschnitten
- 250 ml Bio-Kokosmilch, gut verrührt
- 100 ml Bio-Ananassaft, gut gekühlt
- 1 EL Bio-Limettensaft, frisch gepresst
- 40 g Rohrzucker
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 Prise Salz
- 2 EL Kokosraspeln, in der Pfanne leicht angeröstet und abgekühlt

## Zubereitung:

1. Gib die Bananenscheiben zusammen mit der Kokosmilch in einen hohen Mixbecher. Gieße den Ananassaft dazu und gib den Limettensaft mit hinein. Streue den Rohrzucker, den Vanilleextrakt und die Prise Salz darüber. Mixe alles mit einem Stabmixer oder Standmixer auf hoher Stufe, bis eine glatte und cremige Masse entsteht.
2. Rühre die abgekühlten Kokosraspeln von Hand unter die Masse, damit du später beim Eis einen kleinen Biss hast. Stell die Mischung für mindestens 30 Minuten in den Kühlschrank, damit sie richtig kalt ist, bevor sie in die Eismaschine kommt.
3. Verarbeite das Eis in der Eismaschine nach den Angaben des Herstellers, bis es eine geschmeidige, aber standfeste Konsistenz hat. Guten Appetit.

# Trauben-Zimt-Eis

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 300 g rote Trauben, entkernt und halbiert
- 200 ml Schlagsahne
- 150 ml Bio-Vollmilch
- 2 Bio-Eigelbe
- 80 g Zucker
- 1 TL gemahlener Zimt
- 1 EL Bio-Zitronensaft
- 1 TL Vanilleextrakt

## Zubereitung:

1. Gib die halbierten Trauben mit dem Zitronensaft in einen kleinen Topf. Lass sie bei mittlerer Hitze 5 Minuten köcheln, bis sie leicht zerfallen. Rühre gelegentlich um. Zieh sie dann vom Herd und passiere sie durch ein feines Sieb, damit du einen klaren, intensiven Traubensaft erhältst. Stell diesen Saft kurz beiseite.
2. Schlage die Eigelbe mit dem Zucker in einer Metallschüssel über einem heißen Wasserbad schaumig, bis die Masse heller wird und dicklich erscheint. Nimm die Schüssel vom Wasserbad und rühre die Milch unter, gefolgt von der Sahne, dem Vanilleextrakt und dem Zimt.
3. Zum Schluss gibst du den vorbereiteten Traubensaft zur Mischung und verrührst alles gründlich, bis eine gleichmäßige Masse entsteht.
4. Fülle die Eismischung in deine Eismaschine und lasse sie nach den Angaben des Herstellers gefrieren. Guten Appetit.

# Pfirsich-Joghurt-Eis

Zubereitungszeit: ca. 20 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 300 g reife Pfirsiche, geschält, entkernt und grob gewürfelt
- 200 g Naturjoghurt (3,5 % Fett)
- 150 ml süße Sahne
- 60 g brauner Zucker
- 1 TL Bio-Zitronensaft, frisch gepresst
- 1 TL Vanillemark oder das Mark einer Vanilleschote
- 1 EL weißer Balsamico
- 1 Prise Salz

## Zubereitung:

1. Gib die gewürfelten Pfirsiche zusammen mit dem braunen Zucker, dem Zitronensaft, dem weißen Balsamico und der Prise Salz in einen kleinen Topf. Lass die Mischung bei mittlerer Hitze etwa 8 Minuten leise köcheln, bis die Pfirsiche weich sind und leicht Saft ziehen. Danach vom Herd nehmen und vollständig abkühlen lassen.
2. Püriere die Pfirsichmischung anschließend mit einem Stabmixer zu einer feinen Masse. Rühre dann den Joghurt und das Vanillemark unter. Schlage die Sahne in einer separaten Schüssel halbsteif auf – sie soll noch leicht fließen, aber nicht ganz flüssig sein. Hebe sie vorsichtig unter die Pfirsich-Joghurt-Mischung, bis alles gleichmäßig verteilt ist.
3. Fülle die fertige Masse nun in deine Eismaschine und lasse sie nach den Angaben des Herstellers gefrieren, bis das Eis die gewünschte Konsistenz hat. Guten Appetit.

# Brombeer-Basilikum-Eis

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 200 g reife Bio-Brombeeren, gewaschen
- 100 ml Sahne
- 150 ml Bio-Vollmilch
- 80 g Rohrzucker
- 1 TL Bio-Zitronenabrieb
- 2 TL frisch gepresster Bio-Zitronensaft
- 1 Handvoll frisches Basilikum, grob gehackt
- 1 TL Vanilleextrakt
- 1 Prise Salz

## Zubereitung:

1. Gib die Brombeeren zusammen mit dem Zucker, dem Zitronensaft und dem Zitronenabrieb in einen kleinen Topf. Lass alles bei mittlerer Hitze etwa 5 Minuten köcheln, bis die Früchte weich sind. Dabei gelegentlich umrühren.
2. Zieh den Topf vom Herd und gib das gehackte Basilikum dazu. Decke den Topf ab und lass die Mischung 10 Minuten ziehen. Danach streichst du alles durch ein feines Sieb, damit die Kerne zurückbleiben und du eine glatte Masse erhältst.
3. Vermische nun die Brombeer-Basilikum-Flüssigkeit mit der Milch, Sahne, Vanilleextrakt und einer Prise Salz in einer Schüssel. Rühre gut durch, bis sich alles gleichmäßig verteilt hat.
4. Stell die Mischung für 30 Minuten in den Kühlschrank, damit sie gut durchkühlt. Danach füllst du sie in deine Eismaschine und verarbeitest sie nach den Angaben des Herstellers zu Eis. Guten Appetit.

# Kiwi-Limetten-Eis

Zubereitungszeit: 20 Minuten

Portionen: 4

## Zutaten:

- 3 reife Bio-Kiwis, geschält und in Stücke geschnitten
- 1 Bio-Limetten, fein abgeriebene Schale und Saft
- 120 ml Bio-Apfelsaft
- 200 g Schmand
- 80 g Puderzucker
- 1 TL Vanillezucker
- 1 TL fein geriebener frischer Ingwer
- 1 Prise Salz

## Zubereitung:

1. Gib die Kiwi-Stücke in einen hohen Behälter und püriere sie mit dem Apfelsaft und dem Limettensaft gründlich. Passiere die Masse anschließend durch ein feines Sieb, damit die kleinen schwarzen Kerne nicht im Eis bleiben. Hebe die Limettenschale unter die durchgestrichene Flüssigkeit.
2. In einer separaten Schüssel verrührst du Schmand, Puderzucker, Vanillezucker, Ingwer und eine Prise Salz mit einem Schneebesen, bis die Masse glatt ist. Jetzt gießt du nach und nach das Kiwi-Limetten-Püree dazu und rührst alles kurz, aber sorgfältig unter, bis eine gleichmäßige Masse entsteht.
3. Stelle die Mischung für etwa 30 Minuten in den Kühlschrank, damit sie gut durchzieht und abkühlt. Danach gibst du sie in deine Eismaschine und lässt sie nach den Angaben des Herstellers gefrieren, bis die Konsistenz cremig und fest ist. Guten Appetit.