







Andreas Neubauer
Oliver Brachat

Bestes

Eis

*selbst
gemacht*

 Bassermann



INHALT

Vorwort	7
Kleine Eistheorie	8
 SELBST GEMACHTE EISWAFFELN	 15
EISCREME & SORBET	14
EIS AM STIEL	50
EISPARFAIT & -KONFEKT	70
EISTORTEN & SPIELEREIEN	88
EISCOCKTAILS & GRANITÉS	112
SOSSEN & TOPPINGS	134
 Register	 166



VORWORT

Hausgemachtes Eis schmeckt um Klassen besser als jede gekaufte Variante – versprochen! Mit unseren Eideen bekommen Capri, Dolomiti und Co coole Konkurrenz.

Wir lassen uns gerne von saisonalen Zutaten inspirieren und probieren ständig neue Kreationen aus. So sind Lieblingssorten wie Orange-Rosmarin, Brombeer-Sauerrahm und Zitronengras-Limette entstanden. Und allerlei Spielereien wie Eis-Donuts, Konfetti-Eistorte oder Apfelstrudel-Eisriegel sowie Cocktails, die verheißungsvoll im eiskühlten Glas glitzern. Sehr besonders im Geschmack sind edle Varianten mit einem Schuss Alkohol wie das Grand-Marnier-Parfait mit Gewürzorange oder das Champagnersorbet. Beides sind tolle Ideen für ein elegantes Festtagsmenü.

Viele Rezepte funktionieren auch ohne Eismaschine. Die Anschaffung dieses praktischen Küchenhelfers sollte Ihnen aber durchaus eine Überlegung wert sein. Das ist eine Investition, die sich lohnt und die Sie schnell nicht mehr missen möchten.

Eis war schon vor Jahrhunderten überaus beliebt und sein Verzehr symbolisierte Luxus und Macht. Alexander der Große und Kaiser Nero waren berühmte Verfechter der kalten Köstlichkeit und schickten ihre Schnellläufer in die Berge, um Schnee und Gletschereis für die Eisherstellung zu beschaffen. Schon 3000 Jahre v. Chr. kannten die Herrscher im antiken China die erfrischende Süßspeise.

Mit dem Untergang des Römischen Reiches ging das Wissen um die Eisherstellung in Europa zunächst verloren. Marco Polo entdeckte das Rezept in China wieder und brachte es nach Venedig. So war Italien Jahrhunderte später das erste Land, das Speiseeis im größeren Stil produzierte. Die ersten italienischen Eisdiele eröffneten in Deutschland in den zwanziger Jahren, und seit den dreißiger Jahren gibt es Eis in industriell gefertigter Form. Schon seit Langem hält die Eisherstellung Einzug in unsere eigenen Küchen, und die leckeren Ergebnisse genießen zum Glück nicht mehr nur Kaiser und Könige.

In diesem Sinne:
Viel Spaß beim Selbermachen!

KLEINE EISTHEORIE

CREMIGE EISSORTEN

Grundsätzlich unterscheidet man cremige und fruchtige Eissorten. Für ein **Cremeeis** wie Vanille- oder Schokoladeneis benötigt man eine flüssige Basis, Emulgatoren, Zucker und unterschiedliche geschmacksgebende Zutaten (siehe Seite 11f.).

Zu den cremigen Eisspezialitäten zählt unter anderem **Parfait**, oft auch **Halbgefrorenes** oder **Semifreddo** genannt. Das Wort »Parfait« stammt aus dem Französischen und bedeutet »hervorragend«. Klassisch wird Parfait mit Eigelben, Zucker und Sahne zubereitet. Die Zutaten werden cremig aufgeschlagen und je nach gewünschtem Geschmack kommen Fruchtpüree, Gewürze oder Schokolade dazu. Parfait muss beim Gefriervorgang im Gegensatz zu Cremeeis nicht zwingend umgerührt und kann ohne Eismaschine zubereitet werden.

FRUCHTIGE EISSORTEN

Fruchteis besteht aus den Hauptbestandteilen Fruchtsaft, Fruchtmus und Zucker. Bei der Zubereitung wird der Zucker in Wasser oder Fruchtsaft erhitzt, aufgelöst

und anschließend mit pürierten Früchten oder anderen Zutaten vermengt. Durch das Auflösen des Zuckers verhindert man, dass das Eis zu hart wird und nach dem Einfrieren unerwünschte grobe Zuckerkristalle zurückbleiben. Fruchteis ist einfach selbst zuzubereiten und wird oft zu **Eis am Stiel**, in Form von **Paletas** oder **Ice-Pops**, verarbeitet.

Sorbet besteht aus denselben Zutaten, sein Fruchtgehalt ist jedoch deutlich höher und liegt bei mindestens 25 Prozent. Bei Sorbets mit Zitrusfrüchten ist der Anteil geringer und beträgt mindestens 15 Prozent. Sorbets funktionieren zwar ohne Eismaschine, wenn man sie beim Gefriervorgang einige Male mit einer Gabel umrührt (siehe Seite 12), das Ergebnis wird aber besser, wenn sie in einer Eismaschine zubereitet werden.

Eine dem Sorbet sehr ähnliche halbgefrorene Eisspezialität ist **Granité**. Sie kommt ursprünglich aus Sizilien und hat eine gröbere und etwas körnigere Struktur als Sorbet. Bei Granité werden die Eiskristalle während des Gefriervorgangs mit einer Gabel regelmäßig aufgekratzt, um sie relativ klein zu halten. Eine Eismaschine ist nicht erforderlich.

KONSISTENZ

Die Konsistenz von Eis ist abhängig davon, wie hoch der Fettgehalt der Zutaten ist. Grundsätzlich gilt: Je cremiger das Eis sein soll, desto höher muss der Fettgehalt der verwendeten Milchprodukte sein. Die Eiskristalle bleiben beim Gefrieren dann angenehm klein. Bei Eissorten, die rein auf Fruchtbasis zubereitet werden, bleiben aufgrund des hohen Wasseranteils nach dem Gefrieren meist Eiskristalle spürbar.

Ein wesentlicher Faktor für die Cremigkeit eines Eises ist zudem die Schnelligkeit, mit der es gefriert. Je schneller etwas gefriert, desto kleiner sind die Eiskristalle, die sich bilden – so erklärt sich auch das perfekte und schnelle Ergebnis, das mit einer Eismaschine entsteht.

GUTE ZUTATEN

Beim Eismachen sollte man nicht an den Zutaten sparen und nur natürliche und hochwertige Produkte verwenden.

Das heißt:

- Eier aus ökologischer Landwirtschaft
- hochwertige tierische oder pflanzliche Milchprodukte
- echte Bourbon-Vanille
- feine Schokolade
- frisches, saisonales Obst und Gemüse
- ausgewählte Gewürze und Kräuter
- hochwertiges Mehl

HAUPTBESTANDTEILE

Herkömmliches Cremeeis setzt sich aus folgenden Hauptbestandteilen zusammen:

- flüssige Basis
- Emulgator
- Zucker
- geschmacksgebende Zutaten

Als **flüssige Basis** werden in der Regel Milch und Sahne verwendet. Für die Zubereitung von veganen Eissorten kann man tierische Produkte durch pflanzliche ersetzen. Sojamilch eignet sich besonders gut, da das enthaltene Lecithin zur Stabilisierung der Eismasse beiträgt. Möchte man hellere Eissorten wie Zitronen- oder Vanilleeis herstellen, sollte man darauf achten, keine Pflanzendrinks mit gräulicher Färbung (z.B. Dinkel- oder Haferdrink) zu verwenden, sondern eher auf helle Drinks wie Mandel-, Kokos- oder Reismilch zurückgreifen.

Emulgatoren fungieren als Verdickungs- und Bindemittel. Zur Herstellung von industriell gefertigter Eiscreme wird meistens eine Vielzahl an Emulgatoren verwendet. Für den Hausgebrauch reicht jedoch Eigelb aus. Das darin enthaltene Lecithin sorgt dafür, dass sich Zutaten mit einem hohen Wasseranteil und Zutaten mit einem hohen Fettgehalt verbinden, das heißt das Wasser setzt sich unten nicht ab. Statt Eigelb kann man auch pflanzliche Bindemittel wie Speisestärke oder Guarkernmehl verwenden.

Zucker ist ein wichtiger Geschmacksträger und sorgt ebenfalls für die richtige Konsistenz. Fügt man zu wenig Zucker hinzu, wird das Eis nach dem Gefrieren sehr hart. Zucker senkt den Gefrierpunkt und verhindert so, dass das in der Eismasse vorhandene Wasser zu schnell kristallisiert. Es gilt: Je mehr Zucker im Eis ist, desto weniger fest wird es. Der Zucker sollte vor dem Verarbeiten immer gut aufgelöst werden oder von Natur aus schon sehr fein sein wie beispielsweise Puderzucker. Denn die Zuckerkristalle verhärteten sich durch die Kälte und können im fertigen Eis stören.

Grundsätzlich ist feiner Zucker ein Garant für die richtige Konsistenz. Man kann auch alternative Süßungsmittel wie Ahornsirup, Agavendicksaft, Honig oder Stevia verwenden. Die Lebensmittelindustrie verwendet in der Regel Glukosesirup als billiges Süßungsmittel. Generell muss man beim Abschmecken beachten, dass Eis nach dem Gefrieren weniger süß schmeckt als die Eismasse selbst. Soll das fertige Eis also schön süß schmecken, muss die Eismasse vor dem Gefrieren bereits sehr süß sein.

Neben Zucker sorgen **geschmacksgebende Zutaten** wie Obst, getrocknete Früchte, Schokolade, Nüsse, Kräuter und Gewürze für das gewünschte Aroma. Besonders lecker schmeckt Eis, wenn reifes Obst verwendet wird.

ZUBEREITUNG UND TEMPERIERUNG

Entscheidend für die perfekte Konsistenz von Eiscreme ist die richtige Temperatur der Eismasse vor und während der Weiterverarbeitung.

1. Damit das Eis schön cremig ist, müssen alle Zutaten vor dem Gefrieren in einem Topf erhitzt werden. Dabei darf die Temperatur 85 °C nicht übersteigen.
2. Bevor die Eismasse in die Eismaschine oder in das Gefrierfach gegeben wird, muss sie gut gekühlt werden.
3. Dann kann die Masse in einer haushaltsüblichen Eismaschine gefrieren, das dauert ca. 30 Minuten. Wer keine Eismaschine hat, sollte die Eismasse während des Gefriervorgangs einige Male mit einer Gabel durchrühren oder noch besser mit den Rührbesen des Handrührgeräts auf hoher Stufe aufschlagen. Mit diesem Vorgang wird eine zu starke Kristallbildung verhindert. Das Resultat wird allerdings nicht ganz so cremig wie mit einer Eismaschine.
4. Die optimale Serviertemperatur beträgt bei Cremeeis zwischen -7 und -11 °C. Bei dieser Temperatur ist das Eis gut portionierbar und entfaltet zudem am besten seine Aromen. Da herkömmliche Gefriertruhen meistens auf -18 °C bis -24 °C heruntergekühlt werden, ist es wichtig, das Eis vor dem Servieren 10–15 Minuten antauen zu lassen.

HALTBARKEIT UND AUFBEWAHRUNG

Industriell hergestelltes Eis beinhaltet Konservierungsstoffe. Bei selbst gemachtem Cremeeis ist die Haltbarkeitsdauer kürzer, da es schnell an Geschmack verliert und die Bildung von Eiskristallen einsetzt, sobald es länger ohne Rühren aufbewahrt wird.

Insbesondere bei Eissorten mit einem hohen Fruchtgehalt kann es durch die in den Früchten enthaltene Säure schon innerhalb weniger Stunden zum Ausflocken kommen. Eiscreme sollte – vor allem wenn sie mit Ei zubereitet wurde – innerhalb von 3 Tagen aufgebraucht werden.

Eis am Stiel hält sich im Gefrierfach problemlos bis zu 10 Tage. Auch Parfait ist länger haltbar und kann mindestens 10 Tage aufbewahrt werden. Granité und Sorbet hingegen sollten am besten direkt nach der Fertigstellung verzehrt werden, da sie dann am geschmacksintensivsten sind.

Grundsätzlich sollte man bereits aufgetaute Eisspezialitäten nicht erneut einfrieren. Besonders gilt das, wenn bei der Zubereitung Eier verwendet wurden. Es bietet sich daher an, Eis portionsweise einzufrieren. So können nach Bedarf kleinere Mengen angetaut und genossen werden.



SELBST GEMACHTE EISWAFFELN

Für ca. 15 Stück

ZUTATEN

200 g Marzipanrohmasse
1 Ei
2 EL Mehl
100 ml Milch
50 g Zucker
2–3 EL Kokosraspel nach
Belieben

➡ Zubereitung: ca. 20 Min.

🕒 Backen: ca. 6 Min. pro
Backvorgang

ZUBEREITUNG

1. Den Backofen auf 180 °C vorheizen. Marzipan klein würfeln, mit Ei, Mehl, Milch und Zucker in einen hohen Behälter geben und mit einem Stabmixer zu einem glatten Teig verarbeiten.
2. Teig mithilfe einer Palette und einer runden Schablone (Ø 10–12 cm) gleichmäßig dünn auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech streichen, sodass einzelne Teigkreise entstehen. Nach Belieben mit Kokosraspeln bestreuen. Im heißen Ofen in ca. 6 Minuten goldbraun backen.
3. Gebäck aus dem Ofen nehmen, Teigblätter vorsichtig mithilfe einer Palette von dem Backpapier lösen und noch heiß zu Tüten einrollen.

TIPPS

SOBALD DAS GEBÄCK ABKÜHLT, LÄSST ES SICH NICHT MEHR FORMEN. EINFACH ERNEUT IN DEN OFEN STELLEN, DANN WIRD ES WIEDER WEICH. IN EINER LUFTDICHT VERSCHLIESSBAREN DOSE HALTEN SICH DIE WAFFELN MEHRERE WOCHEN.



