



Himbeer-Joghurteis am Stiel

Zeit gesamt
🕒 6h 15min

Zubereitungszeit
🕒 15min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 12 Portionen

| | |
|-------------------|-------|
| Bananen | 1 St. |
| Himbeeren, frisch | 125 g |
| Vanilleextrakt | 1 TL |
| Joghurt, natur | 200 g |
| Zitronensaft | 1 TL |

Zubereitung



Küchenutensilien

Küchenmaschine

1. Himbeer-Joghurteis

Püriere alle Zutaten in einem Mixer. Fülle das Püree in Silikonformen für Eis am Stiel, setze jeweils einen Holzstiel ein und stelle die Eisformen für mindestens 6 Stunden ins Gefrierfach.

Löse das Eis aus den Formen. Du kannst es gleich verzehren oder luftdicht verpackt im Gefrierfach lagern, so hält es sich bis zu 2 Monate.

Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|---------|
| Kaloriengehalt | 32 kcal |
| Kohlenhydrate | 6 g |
| Eiweiß | 2 g |
| Ballaststoffe | 1 g |
| Fette | 0 g |