



Paleo Ice Cream

Zeit gesamt
🕒 4h 30min

Zubereitungszeit
🕒 30min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 10 Portionen

Vanilleschote	1 St.
Kokosnussmilch	800 ml
Honig	6 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, kleiner Topf, Sieb

1. Vanilleschote längs halbieren und mit der Messerspitze das Mark herauskratzen.
2. In einem Topf Kokosnussmilch auf mittlerer Stufe aufkochen. Honig, Vanillemark und -schote zufügen und zugedeckt ca. 15–20 Min. ziehen lassen. Durch ein Sieb in eine Schüssel geben und auf Zimmertemperatur abkühlen lassen.
3. Schüssel mit der Eismasse mind. 4 Std. tiefkühlen, dabei immer wieder gut durchrühren, um die Kristalle zu zerkleinern.
4. Eiscreme zu Kugeln portionieren und servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Wer eine Eismaschine hat, kann die Eiscreme darin nach Geräteanweisung zubereiten.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	153 kcal
Kohlenhydrate	8 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	13 g