



Wassermelonen-Sorbet mit Minznote

Zeit gesamt
4h 15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Minze, frisch	10 g
Wassermelone	1 kg
Bio Limetten	1 St.
Zucker	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, Bräter, Sieb, Pürierstab

1. Einen Bräter ca. 30 Min. vor der Zubereitung einfrieren. Minze waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen. Wassermelone vierteln, Schale abschneiden und Fruchtfleisch in grobe Stücke schneiden. Limette halbieren und 4 EL Saft auspressen.
2. In einer Schüssel Limettensaft mit Zucker verrühren. Wassermelone und Minze hinzugeben und mit einem Pürierstab fein pürieren. Anschließend durch ein grobes Sieb drücken, damit Kerne oder andere Rückstände entfernt werden. Nach Belieben mit mehr Zucker, Limettensaft oder Minze abschmecken.
3. In den Bräter Melonenpüree füllen und einfrieren. Nach ca. 30 Min. aus dem Gefrierschrank nehmen, umrühren und wieder einfrieren. Diesen Schritt 3- bis 4-mal wiederholen.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Weitere Früchte wie Erdbeeren, Himbeeren oder Zutaten wie Kokosmilch oder Basilikum bieten Raum zum Experimentieren.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	88 kcal
Kohlenhydrate	23 g
Eiweiß	2 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	0 g