

Schoko-Früchte-Eis

für ca. 3-4 Portionen | Zubereitungszeit ca. 30 Minuten | Gefrierzeit: ca. 6 Stunden

Zubereitung:

Banane oder Erdbeeren mit einem Stabmixer pürieren. Eis-Mix Premium Schokoladen Pulver mit den pürierten Früchten und der Milch mit einem Mixer cremig rühren.

Schlagsahne aufschlagen und vorsichtig unter die Masse heben. In ein gefriergeeignetes Gefäß füllen und mindestens 6 Stunden ins Gefrierfach stellen.

Das Eis ca. 30 Minuten vor dem Servieren aus dem Gefrierfach nehmen.

Zutaten:

1 kleine Banane oder
100g Erdbeeren
(je nach Belieben können auch andere Früchte wie z.B. Mango, Johannisbeeren usw. verwendet werden).

75g ASAL Eis-Mix Premium Schokoladen Pulver

100ml Milch

100ml Schlagsahne

Ø Nährwerte pro Portion (=ca. 75ml) mit Banane:

Brennwert	629 kJ (150 kcal)
Fett	9,4 g
Kohlenhydrate	11,8 g
Eiweiß	2,6 g

Ø Nährwerte pro Portion (=ca. 75ml) mit Erdbeeren:

Brennwert	526 kJ (125 kcal)
Fett	9,4 g
Kohlenhydrate	5,8 g
Eiweiß	2,4 g

