

Heidelbeer-Minz-NiceCream

Ich wollte noch schnell ein tolles Eisrezept im Newsletter unterbringen, weil ich das Gefühl habe der Sommer neigt sich so langsam dem Ende zu. Das Prinzip dieses Rezepts lässt sich auf viele andere überragen. Man püriert gefrorenes Obst mit gefrorenen Bananen und fertig ist das Eis.

Wie süß es wird hängt individuell von der Süße der Früchte ab. Ich fand es süß genug. Wer mag kann beim Abschmecken aber auch noch ein Süßungsmittel der Wahl zugeben.



Zutaten:

2 sehr reife gefrorene Bananen
300 g gefrorene Heidelbeeren
6 Blätter frische Minze

1. Alle Zutaten pürieren

Das geht am besten in einem High Speed Blender mit Stößel.
Man kann die gefrorenen Zutaten aber auch ein wenig antauen lassen
und dann in einer Schüssel mit einem Stabmixer pürieren.

Von der Konsistenz schmeckt es am besten frisch. Um es im Eisfach zu lagern., sollte man das Eis in eine Tupperdose geben, die bereits eine Weile leer im Eisfach war und dadurch auf Temperatur ist. So taut das Eis nicht. Wenn man es aus dem Gefrierfach heraus serviert, muss man es ebenfalls 5-10 bei Zimmertemperatur antauen lassen, bevor es portionierbar wird. Hält sich gefroren ca. 1 Woche.

Ergibt 4 Portionen