

Rezept: Wassereis



Zutaten:

- 200g Himbeeren (tiefgekühlt oder frisch)
- 1 reife Mango
- 1 Limette
- 300ml Wasser
- etwas zum Süßen z.B. Agavendicksaft oder Zucker

Material:

- Messbecher
- Waage
- Pürierstab
- Eisformen oder Plastikbecher
- Eistiele
- hoher Becher/ Gefäß
- Schneidebrett
- Messer

1



Fülle 150ml Wasser in einen hohen Becher

2



Füge 200g Himbeeren hinzu. Sie müssen ein bisschen aufgetaut sein, falls du gefrorene nimmst

3



Schneide die Limette in 2 Hälften

4



Presse den Saft einer halben Limette in einen Becher

5



Schütte den Limettensaft dann zu den Himbeeren

6



Süße das Ganze etwas mit Agavendicksaft.



7

Püriere nun das Ganze



8

Fülle die Eisformen bis zur Hälfte mit dem Himbeerpüree



9

Wenn du keine Formen hast kannst du auch einen Plastik- oder Jogurtbecher nehmen



10

Schäle die Mango



11

Entferne den Kern der Mango und schneide das Fruchtfleisch in Würfel



12

Fülle 150 ml Wasser in einen hohen Becher und füge das Fruchtfleisch der Mango hinzu



13

Presse wieder den Saft einer halben Limette in einen Becher



14

Schütte den Limettensaft dann zu der Mango



15

Füge noch ein bisschen Agavendicksaft hinzu

16



Püriere das Ganze

17



Fülle nun die Eisformen oder den Becher mit dem Mangopüree auf. Wenn du einen Becher benutzt, stecke noch einen Eisstiel in den Becher

18



Stelle das Eis jetzt ins Gefrierfach und lasse es mindestens für 4-6 Stunden darin frieren.



**Wir wünschen einen
guten Appetit!**

