

REZEPT



HOLUNDERSORBET

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert
VEGAN



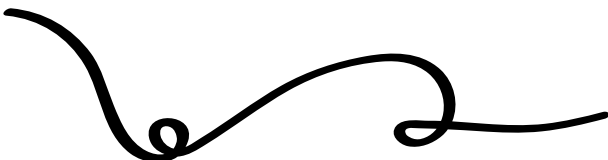
Für 4 Portionen | 20 Min. | + Abkühl- und Gefrierzeit

Zutaten

- 2 säuerliche Äpfel (z.B. Boskop)
- 40 g Ingwerwurzel
- 250 ml Holundersaft
- 100 g SweetFamily Unser Feinster



Inspirationen



ZUBEREITUNG

159 Kcal	2 Gramm	38 Gramm	2 Gramm
Pro Portion ca.	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

1. Ingwer schälen und fein würfeln. Äpfel schälen, entkernen und würfeln. Mit Limettenaft mischen und mit Holundersaft, Zucker und Limettenschale aufkochen. Zugedeckt ca. 10 Minuten dünsten, bis die Äpfel weich sind. Glatt pürieren und abkühlen lassen.

2. Masse in eine Eismaschine geben und zu Sorbet gefrieren lassen.

Tipp:

Wer keine Eismaschine hat, kann die Masse auch für 6 Stunden in das Gefrierfach geben. Dann einmal pro Stunde kräftig umrühren, damit die Konsistenz nicht zu fest wird.

Obst: Holunder **Kraut und Gewürz:** Ingwer

REZEPT

