

WASSERMELONEN-EIS



WASSERMELONEN-EIS

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

10 Stk: | 20 Min.

Zutaten

- 1 kg Wassermelone
- 1 Bio-Limette
- 130 g SweetFamily 1-2-3 Fruchtaufstrich
- 200 g Heidelbeeren
- 10 Stieleisformen (100ml Inhalt)
- 10 Holzstiele



ZUBEREITUNG

82

Kcal

Portion

19

Gramm

Kohlenhydrate

1. Melonenfruchtfleisch aus der Schale schneiden, entkernen und in Stücke schneiden.

2. Limette heiß waschen, trocknen und Schale fein abreiben. Frucht auspressen. Schale, Saft, Melonenstücke und [1-2-3 Fruchtaufstrich](#) in einem hohen Rührbecher 45 Sekunden fein pürieren.

3. [Heidelbeeren](#) verlesen, waschen und unterheben. Fruchtmasse auf 10 Eis-Formen verteilen. Etwa 2 Stunden tiefkühlen, dann Holzstiele in die Fruchtmasse stecken und mindestens weitere 5 Stunden tiefkühlen.

Obst: Melone, Limette, Heidelbeer