

REZEPT FÜR WASSERMELONEN-EIS



WASSERMELONEN-EIS

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

Für ca. 10 Stück | 20 Min. | + Gefrierzeit

Zutaten

- 1 kg Wassermelone
- 1 Bio-Limette
- 130 g SweetFamily 1-2-3 Fruchtaufstrich
- 200 g Heidelbeeren



3596

ZUBEREITUNG

82 Kcal	0 Gramm	19 Gramm	0 Gramm
Pro Stück	Eiweiß	Kohlenhydrate	Fett

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 (à ca. 100 ml) verteilen. Etwa 2 Stunden tiefkühlen. Dann Holzstiele in die Fruchtmasse stecken und mindestens weitere 5 Stunden tiefkühlen, bis sie ganz durchgefroren sind.