

Rezept

Brombeer-Joghurt-Eis

Ein Rezept von Brombeer-Joghurt-Eis, am 11.12.2024

Zutaten

250 g Brombeeren	1 Eiweiß (M)
4 EL Traubenzucker	2 Eigelb (M)
250 g Sahnejoghurt (10 % Fett)	100 g Sahne

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal, 18 g F, 6 g EW, 21 g KH

Zubereitung

1. Die Brombeeren abbrausen und abtropfen lassen. Mit einem Pürierstab in einem hohen Rührbecher pürieren. Das Püree anschließend durch ein Sieb streichen, um die kleinen Kerne zu entfernen.

2. Das Eiweiß sehr steif schlagen, gegen Ende 1 EL Traubenzucker einrieseln lassen. Die Eigelbe zusammen mit 1 EL heißem Wasser und dem restlichen Traubenzucker (3 EL) hell-cremig aufschlagen. Den Joghurt und das Brombeerpüree unterrühren.

3. Die Sahne steif schlagen und ebenso wie den Eischnee unter die Brombeermasse heben. Die Masse in eine Metallschüssel geben und zugedeckt mindestens 3 Std. tiefkühlen, zwischendurch mehrmals mit einem Schneebesen kräftig durchschlagen, damit sich keine großen Eiskristalle bilden.