

Rezept

Eis-Muffins

Ein Rezept von Eis-Muffins, am 30.04.2025

Zutaten

1 Limette	250 g gemischte Beeren (z.B. Johannisbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren)
+ Beeren zum Garnieren	50 g Puderzucker
600 g Joghurt	250 g Sahne
1 12er-Muffinblech	12 Papierbackförmchen

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 12 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 120 kcal

Zubereitung

1. Das Muffinblech im Tiefkühler vorkühlen. Die Limette auspressen. 250 g Beeren putzen, verlesen und wenn nötig kurz abbrausen.
2. Puderzucker mit Limettensaft und Joghurt glatt rühren. Die Sahne steif schlagen und unter die Joghurtcreme ziehen. Die Beeren vorsichtig unterheben.
3. Papier-Backförmchen in die Blechvertiefungen setzen. Joghurtcreme einfüllen. Mit Klarsichtfolie abdecken und mindestens 6 Std. tiefkühlen. Vor dem Servieren Muffins für 15 Min. in den Kühlschrank stellen. Aus den Formen lösen und mit frischen Beeren garnieren.