

Rezept

Erdbeer-Piña-Colada-Popsicles

Ein Rezept von Erdbeer-Piña-Colada-Popsicles, am 29.09.2023

Zutaten

450 g Ananas

80 g Erdbeeren

150 g Kokosmilch

Außerdem

8 Popsicle-Förmchen (à ca. 150 ml)

8 Holzstiele

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 8 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 55 kcal, 4 g F, 1 g EW, 5 g KH

Zubereitung

1. Die beiden Enden der Ananas abschneiden, dann die Ananas schälen und von den »braunen Augen« befreien. Ananas (es sollten 350 g Fruchtfleisch sein) in grobe Würfel schneiden, mit der Kokosmilch in einen Standmixer geben und cremig pürieren. Das Ananas-püree in die Förmchen füllen, sodass diese nicht ganz gefüllt sind.
2. Die Erdbeeren waschen, putzen, mit 2 EL Wasser in den Standmixer geben und ebenfalls cremig pürieren. Das Erdbeerpüree auf dem Ananaspüree verteilen, die Holzstiele in die Förmchen stecken. Die Popsicles mindestens 4 Std. tiefkühlen. Dann aus den Förmchen lösen und genießen.