

Rezept

Himbeer-Eis am Stiel mit Kokos

Ein Rezept von Himbeer-Eis am Stiel mit Kokos , am 18.12.2025

Zutaten

Für das Eis

- | | | | |
|--------------|----------------------------|--------------|-------------|
| 200 g | Himbeeren (frisch oder TK) | 1 | Bio-Limette |
| 2 EL | Puderzucker | 100 g | Kokosmilch |
| 50 g | Schmand | | |

Für die Umhüllung

- 30 g** Kokosraspel

Außerdem

- 6** Stieleisformen à ca. 50 ml(nach Belieben
andere Förmchen und Stiele)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 6 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal, 8 g F, 2 g EW, 6 g KH

Zubereitung

- 1.** Frische Himbeeren wenn nötig verlesen, kurz abbrausen, TK-Beeren antauen lassen. Die Limette heiß waschen, abtrocknen und 1 TL Schale fein abreiben. Limette halbieren, den Saft auspressen.

- 2.** Himbeeren, Limettensaft und Puderzucker in einen hohen Rührbecher geben und mit dem Pürierstab fein pürieren. Kokosmilch und Schmand untermischen, Limettenschale einrühren. Creme in die Formen füllen, mit Eisstielen versehen. Mindestens 5 Std. tiefkühlen.

- 3.** Das Himbeer-Eis aus den Formen lösen. Sobald die Oberfläche leicht schmilzt, das Eis mit Kokosraspeln bestreuen oder darin wälzen. Sofort genießen oder bis zum Verzehr wieder kühl stellen.