

Rezept

## Himbeer-Eis am Stiel mit Kokos

Ein Rezept von Himbeer-Eis am Stiel mit Kokos , am 18.06.2026

### Zutaten

#### Für das Eis

<b>200 g</b> Himbeeren (frisch oder TK)	<b>1</b> Bio-Limette
<b>2 EL</b> Puderzucker	<b>100 g</b> Kokosmilch
<b>50 g</b> 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 untermixen, 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.