

Rezept

Joghurt-Nuss-Eis am Stiel ohne Zucker

Ein Rezept von Joghurt-Nuss-Eis am Stiel ohne Zucker, am 26.04.2024

Zutaten

250 g Joghurt (3,5 % Fett)

4 TL Haselnussmus (ersatzweise Cashewmus)

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 Stück | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 90 kcal, 7 g F, 3 g EW, 3 g KH

Zubereitung

1. Den Joghurt mit dem Haselnussmus in einer Schüssel mit einem Schneebesen gründlich verrühren. Die Masse auf die Eis-Förmchen verteilen und mindestens 6 Std. im Tiefkühlfach tiefgefrieren. Dabei die Stiele nach Gebrauchsanweisung hineinstecken.

2. Vor dem Servieren das Eis leicht antauen lassen oder die Förmchen kurz mit heißem Wasser übergießen.