

Rezept

Mango-Kulfi-Eis

Ein Rezept von Mango-Kulfi-Eis, am 27.04.2024

Zutaten

250 ml Milch (3,5 % Fett)	150 ml Kondensmilch (10 % Fett)
2 TL Speisestärke	4 grüne Kardamomkapseln
1/3 TL Safranfäden	75 g Zucker
330 g Mangopüree (Dose)	2 EL gehackte Pistazien
4 Silikon-Eisförmchen	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 310 kcal, 11 g F, 9 g EW, 43 g KH

Zubereitung

1. Die Milch und die Kondensmilch vermischen. 6 EL davon mit Speisestärke verrühren und beiseitestellen. Die Kardamomkapseln leicht einritzen.

2. Die Milch mit Kardamom zum Kochen bringen. Dabei immer wieder mit dem Kochspatel umrühren.

3. Sobald die Milch kocht, die Hitze reduzieren und 10 Min. bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Immer wieder mit dem Kochspatel über den Topfboden fahren, damit die Milch nicht anbrennt.

4. Den Topf vom Herd nehmen. Die Milch durch ein Sieb gießen und zurück in den Topf geben. Den Safran mit Zucker und Mangopüree unter die Milch rühren. Die angerührte Speisestärke schrittweise und unter ständigem Rühren hinzufügen.

5. Die Milchmasse wieder zum Kochen bringen und 1 Min. unter ständigem Rühren köcheln lassen. Die Masse auf Silikon-Eisförmchen verteilen. Auf Zimmertemperatur abkühlen lassen und dann 5 Std. in das Tiefkühlfach stellen. Vor dem Servieren kurz antauen lassen und mit gehackten Pistazien bestreuen.