

Rezept

Veganes Erdbeer-Kokos-Eis

Ein Rezept von Veganes Erdbeer-Kokos-Eis, am 18.12.2025

Zutaten

200 g Erdbeeren
400 ml Kokosmilch

65 g Zucker

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 90 kcal, 1 g EW, 20 g KH

Zubereitung

1. Die Erdbeeren waschen, putzen und in Stücke schneiden. Die Erdbeerstücke mit dem Zucker in einen Standmixer geben und fein pürieren. Das Püree nach Belieben noch durch ein Sieb streichen, um die Kernchen zu entfernen.
2. Das Erdbeerpüree mit der Kokosmilch vermischen und in die Eismaschine füllen. Die Mischung in ca. 45 Min. cremig bis fest gefrieren lassen. Das Eis aus der Maschine löffeln und in vier Schälchen servieren oder in einer Gefrierbox mit Deckel tiefkühlen.