

## Rezept

# Veganes Gurken-Minz-Sorbet mit gerösteten Pekannüssen

Ein Rezept von Veganes Gurken-Minz-Sorbet mit gerösteten Pekannüssen, am 27.06.2026

## Zutaten

|                                |                            |
|--------------------------------|----------------------------|
| <b>20 g</b> Zucker             | <b>200 g</b> Salatgurke    |
| <b>2 Stängel</b> Minze         | Salz                       |
| <b>1 TL</b> rosa Pfefferbeeren | <b>50 g</b> Pekannusskerne |
| Minzeblättchen zum Garnieren   | Eisportionierer            |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 115 kcal

## Zubereitung

1. Am Vortag den Zucker mit 40 ml Wasser in einem kleinen Topf auflösen, einmal aufkochen und 1-2 Min. bei mittlerer Hitze offen köcheln lassen, bis der Sirup etwas dickflüssiger wird.
2. Die Gurke putzen, heiß abwaschen und ungeschält grob würfeln. Die Minze waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und grob schneiden. Gurke und Minze mit dem Zuckersirup und 1 Prise Salz fein pürieren, dann die rosa Pfefferbeeren unterheben.
3. Die Mischung in ein verschließbares, tiefkühlgeeignetes Gefäß geben und einfrieren. Nach 1 Std. nochmals gut durchrühren und in 12 Std. oder über Nacht vollständig gefrieren lassen.
4. Am nächsten Tag die Pekannüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Öl anrösten, bis sie duften. Die Minzeblättchen für die Garnitur waschen, trocken tupfen und in feine Streifen schneiden. Das Sorbet aus dem Gefrierfach nehmen, leicht antauen lassen und mit einem Eisportionierer in Schälchen oder Gläsern anrichten. Mit Nüssen und Minze garnieren und servieren.