

Rezept

Zuckerfreies Vanilleeis am Stiel

Ein Rezept von Zuckerfreies Vanilleeis am Stiel, am 22.09.2023

Zutaten

200 g Sahne	50 g Crème légère
3 EL Reissirup (ersatzweise Dattelsirup)	½ TL gemahlene Vanille
150 g Bitterschokolade (100 % Kakaogehalt; ersatzweise Schokolade mit Kokosblütenzucker)	Kokosöl

Ausserdem

- 6** Stieleisformen à ca. 50 ml Inhalt (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. 285 kcal, 23 g F, 4 g EW, 12 g KH

Zubereitung

1. Die Sahne in einen hohen Rührbecher geben und mit den Rührbesen des Handrührgeräts cremig aufschlagen. Crème légère, Reissirup und Vanille in einer Schale glatt verrühren, dann mit einem Schneebesen unter die aufgeschlagene Sahne heben. Die Eismasse in die Formen verteilen, diese mit Eisstielen versehen und mindestens 5 Std. in das Tiefkühlfach stellen.
2. Danach die Schokolade grob hacken und zusammen mit etwas Kokosöl in einer hitzefesten Schüssel über dem heißen Wasserbad schmelzen. Inzwischen in die Erhöhungen eines umgedrehten Eierkartons ca. 1 cm lange Schlitz schneiden.
3. Geschmolzene Schokolade in ein schmales, hohes Gefäß geben. Das Eis einzeln aus den Formen nehmen und in die Schokolade tauchen. Dann mit dem Eisstiel in die Schlitz des Eierkartons stecken und den Schokoüberzug fest werden lassen. Das Eis sofort genießen oder wieder tiefkühlen.