



Blaubeer- Zitroneneis

Zubereitung

Die Blaubeeren zusammen mit Fresubin 2 kcal Drink Erdbeere und Honig in einem Mixer oder mit einem Stabmixer fein pürieren, bis eine glatte Masse entsteht. Anschließend etwas Zitronencreme in den oberen Bereich von vier Eisförmchen geben und diese mit der Blaubeermischung auffüllen. Die Förmchen für mindestens 4 Stunden im Gefrierfach gefrieren lassen, bis das Eis vollständig fest ist.

Tipp

Anstelle der Zitronencreme eignen sich auch Zitronenjoghurt oder – für eine süßere Variante – Mangomark.

Dessert

Level



4



5 Min.

Zutaten

200 ml	Fresubin 2 KCAL Drink Erdbeere
50 g	Blaubeeren
2 TL	Honig
ca. 60 g	Zitronencreme alternativ auch Zitronenjoghurt oder Mangomark verwenden

Nährwerte pro Eis

Energie	134 kcal
Eiweiß	6 g
Fett	5 g
Kohlenhydrate	15 g
Ballaststoffe	1 g