

## **Der Vorkoster**

### **Eis: kreative Gaumenfreude zum fairen Preis?**

#### **Die Rezepte**

Cremiges Kondensmilcheis – Stracciatella	2
Fruchtiges Bananeneis	3
Erfrischendes Beerensorbet	4

## Cremiges Kondensmilcheis – Stracciatella

Rezept von Monica Riboni



So gelingt cremiges Eis ganz ohne Eismaschine. Das Geheimnis: Kondensmilch und Rum sorgen für die gewünschte Konsistenz. Statt Schokolade lassen sich auch Beeren, Nüsse, Fruchtピューre usw. untermischen.

### Zutaten für 4 Personen:

- 100 g dunkle Kuvertüre
- 1 Vanilleschote
- 500 ml Sahne, gekühlt
- 2 EL Rum
- 400 g gezuckerte Kondensmilch, gekühlt

### Zubereitung:

- Kuvertüre fein hacken. Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Vanillemark herauskratzen.
- Die Sahne aufschlagen. Dabei darauf achten, dass sie nicht zu fest wird.
- Vanillemark und Rum mit der Kondensmilch verrühren.
- Geschlagene Sahne nach und nach unter die Kondensmilch heben und Schokostückchen vorsichtig untermischen.
- Eismischung in einem geschlossenen Behälter für etwa 5 Stunden ins Gefrierfach geben.
- Das Eis etwa 5 Minuten vor dem Servieren aus dem Gefrierfach nehmen.

## Fruchtiges Bananeneis

Rezept von Monica Riboni



Bananeneis statt Bananenbrot! Reife Bananen lassen sich schnell und ohne großen Aufwand zu cremigem Eis verarbeiten. Dafür sind lediglich ein Tiefkühlfach und ein guter Mixer nötig.

### Zutaten für 3 Personen:

- 3 reife Bananen
- 9 Datteln
- 100 ml Milch / Milchalternative wie Soja-, Hafer- oder Kokosmilch

### Zubereitung:

- Die Bananen schälen, in dünne Scheiben schneiden und in einem geschlossenen Behälter ins Gefrierfach geben, bis sie ganz durchgefroren sind.
- Bananen mit Datteln und Milch in einen Standmixer geben und mixen, bis eine cremige Eismasse entsteht.
- Wer will, kann weitere Zutaten wie z.B. Nüsse oder Schokostückchen unterheben.
- Direkt nach dem Mixen hat das Eis die beste Konsistenz. Wenn man es anschließend ins Gefrierfach stellt, wird es fester. Vor dem Servieren dann am besten 10 Minuten antauen lassen.

## Erfrischendes Beerensorbet

Rezept von Monica Riboni



Dieses fruchtig erfrischende Sorbet ist schnell gemacht. Mit einem Schuss Wodka wird daraus ein sommerlicher Cocktail.

### Zutaten für 3 Personen:

- 300 g frische Beeren (Erdbeeren, Himbeeren, Blaubeeren) oder TK-Produkt
- 3 EL Honig
- 20 ml Zitronensaft
- 30 ml Wasser
- Optional: Wodka

### Zubereitung:

- Erdbeeren achteln und mit den restlichen Beeren im Gefrierfach durchfrostet lassen. Alternativ gekaufte Tiefkühl-Beeren verwenden.
- Gefrorene Beeren, Honig, Zitronensaft und Wasser in ein hohes Gefäß geben und mit einem Stabmixer pürieren, bis eine gleichmäßige Sorbet-Masse entsteht.
- In Gläser abfüllen und sofort servieren. Wer will, mit einem Minze- oder Melissenblatt dekorieren.
- Optional mit einem Schuss Wodka (nach Geschmack) vermischen und als erfrischenden Cocktail servieren.