Rezept Kokos Avocado Eis

Produktfotos

Kurzbeschreibung

- Erfrischend & lecker
- Schmeckt Klein & Groß
- Einfach lecker selbstgemacht

Beschreibung

Zutatenliste

1. Schritt

130 ml	Rezept Joghurt aus Kokosmilch

2. Schritt

100 g	Avocado **(Eigenbeschaffung)**
35 g	Agavendicksaft **(Eigenbeschaffung)**
0,71 EL oder **10 g**	Inulin
1,5 ml	Limettensaft **(Eigenbeschaffung)**

Zubereitung

1. Kokosjoghurt nach Grundrezept herstellen.
2. Avocado schälen, entkernen und mit der Gabel zerdrücken, bis eine homogene Masse entstanden ist.
3. Kokosjoghurt und Inulin unterrühren.
4. Nach Bedarf Agavendicksaft bzw. Apfelsüße und den Limettensaft hinzufügen.
5. Das Eis etwas süßer abschmecken, als es schlussendlich sein soll, da die Süße im Endprodukt weniger süß ist.
6. Die Masse in ein gefriertaugliches Gefäß füllen und ins Gefrierfach stellen.
7. Nach 30 Minuten heraus nehmen und kräftig umrühren. Auch die festgefrorenen Stellen vom Rand und Boden gut mit untermischen. Solange alle 30 Minuten wiederholen, bis das Eis seine endgültige Konsistenz erreiht hat. Dies kann 2 bis 3 Stunden dauern.
8. Das Eis kann nicht lange eingefroren bleiben, wenn es ohne Eismaschine hergestellt wird, da sich sonst Kristalle bilden und die cremige Konsistenz verloren geht.

Mehr Informationen

Artikelnummer	002100300
Schwierigkeit	Leicht
Dauer	00:30
Variante	140 g
Portionen	6
Package Amount	140.000000

Preise

Zubehör Set

Zubehör-Set, 1 St. 17,95 €

• Grundausstattung zur Herstellung von selbst gemachter Kosmetik / Seifen / Kerzen

2. Schritt

Limettensaft	0,00 €		
		Inulin, 60 g	4,15 €
Agavendicksaft	0,00 €		
Avocado	0,00 €		