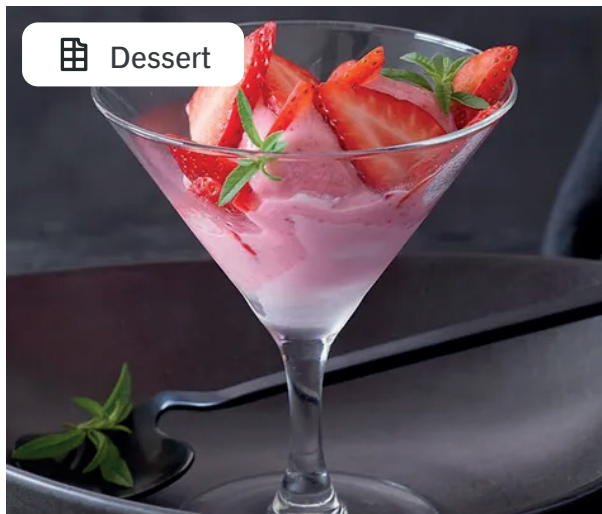


 Dessert



Erdbeer-Blitzeis

mit weißen Schokoladensplittern

 15 min Zubereitungszeit

 301 kcal pro Portion

••• Leicht

 Sterneküche C. Rüffer

 Vegetarisch



Zutaten

2 Portionen

150 g Joghurt

50 g Honig

1 El Zitronensaft

300 g TK-Erdbeeren

1 Pck Vanillezucker

30 g weiße Schokolade

8 frische Erdbeeren

2 Spitzen Zitronenmelisse

Zubereitung

- 1 Für das Erdbeer-Blitzeis den Joghurt zusammen mit dem Honig und dem Zitronensaft in einer hohen Schüssel verrühren und kaltstellen.
- 2 Die gefrorenen Erdbeeren mit Vanillezucker vermischen, kurze Zeit leicht antauen lassen und dann zum Joghurt geben. Mit einem Pürierstab die gefrorenen Erdbeeren zu einem homogenen Erdbeereis mixen und anschließend kurz ins Eisfach stellen.
- 3 Die weiße Schokolade mit Hilfe einer Palette in dünne Schokoladensplitter hobeln. Die frischen Erdbeeren waschen, die grünen Blätter abschneiden und die Erdbeeren danach in Scheiben schneiden.
- 4 Das Erdbeer-Blitzeis in Dessertschalen füllen und mit den weißen Schokoladensplittern und Erdbeerscheiben bestreuen. Mit etwas Zitronenmelisse dekorieren und servieren.

Nährwerte

	pro 100g	pro Portion
Brennwert	409kJ /97kcal	1.267kJ /301kcal
Fett	2g	8g
davon gesättigte Fettsäuren	1g	5g
Kohlenhydrate	16g	49g
davon Zucker	15g	47g
Eiweiß	2g	6g
Salz	0g	0g