



Meloneneis mit 3 verschiedenen Schichten



Zutaten

Menge

1/4	Wassermelone, kernarm
6 EL	Zucker
1 TL	Zitronensaft
2 EL	Schokotropfen
200 ml	Kokosmilch
4	Kiwis

Wenn sich das Eis am Stiel schlecht aus der Form lösen lässt, kannst du einfach kurz heißes Wasser über die Form laufen lassen.

Rezeptinfo

Zutaten für 8 Eis am Stiel

Zubereitungszeit: 15 Min. + 4 Std. Gefrierzeit

pro Portion: 519 kJ, 124 kcal, 22,9 g Kohlenhydrate, 1,3 g Eiweiß, 1,8 g Fett, 0,3 mg Cholesterin, 2,6 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: € €

vegan

Kalorien
arm

Laktose
frei

veggie

Zubereitung

In den USA ist selbstgemachtes Eis am Stiel schon lang ein Foodtrend. Seit diesem Sommer ist die Erfrischung auch bei uns angekommen. Mit ganz viel Obst und tollen Zutaten sind die Ice-Pops auch noch super gesund und total einfach zuzubereiten: Du füllst einfach deine Lieblingszutaten in kleine Eisförmchen aus Plastik oder Silikon, Stiel rein und lässt alles gefrieren – fertig ist das Eis am Stiel.

Wir haben für dich ein Meloneneis gemacht, das nicht nur nach Melone schmeckt, sondern auch so aussieht. Unser Eis am Stiel besteht aus drei Schichten: Melone, Kokos und Kiwi – so lecker!

Step 1:

Zuerst würfelst du die Wassermelone grob und gibst sie zusammen mit zwei Esslöffeln Zucker und einem Spritzer Zitronensaft in einen Mixer um die Würfel fein zu pürieren. Wenn noch Kerne in der Masse sind, kannst du die pürierte Wassermelone noch mal durch ein feinmaschiges Sieb sieben. Verteile dann die Wassermelonen-Masse auf acht Ice-Pop-Förmchen.

Step 2:

Die Schokotropfen als Wassermelonenkerne in der Wassermelonenmasse verteilen. Die Stiele in die Eisförmchen stecken und die Masse für eineinhalb Stunden gefrieren lassen.

Step 3:

Nach der ersten Gefrierzeit kannst du die Kokosmilch mit zwei weiteren Esslöffeln Zucker verrühren und als 1 cm-dicke Schicht auf die Wassermelonen-Masse geben. Das Ganze zurück in den Gefrierschrank stellen und eine weitere Stunde gefrieren lassen.

Step 4:

Zum Schluss die Kiwis schälen und zusammen mit zwei Esslöffeln Zucker in einem Mixer fein pürieren und als letzte Schicht auf dem Eis am Stiel verteilen. Weitere zwei Stunden gefrieren lassen.