

Italienisches Eis mit Erdbeer-Limonade



Erdbeerzeit!

Dieses fruchtbetonte, gesunde Dessert ist ein großartiger gefrorener Leckerbissen, der ohne Eismaschine zubereitet werden kann - und das mit nur wenig Zuckerzusatz.

Nährwertangaben:

Kalorien	Protein	Ballaststoffe
54 pro Portion	1g pro Portion	2g pro Portion

Zutaten

Für 6 Portionen - Portionsgröße 1 Tasse

- 3 Esslöffel frischer Zitronensaft
- 2 Esslöffel Zucker
- 1 1/2 Pfund reife Erdbeeren, geschält und halbiert
- 5 Tassen Eis

Zubereitung

1. Zitronensaft und Zucker in einer kleinen Schüssel verquirlen, bis der Zucker fast aufgelöst ist.
2. In einer Küchenmaschine oder einem Mixer die Erdbeeren und die Zitronensaftmischung verarbeiten, bis die Erdbeeren püriert sind.
3. Das Eis hinzugeben. So lange verarbeiten, bis die Mischung völlig glatt ist.
4. In eine große Auflaufform füllen. 30 Minuten lang einfrieren. Mit einem Löffel am Rand der Form entlangkratzen und dabei die äußeren gefrorenen Stücke in die Mitte der Form schieben. Mit der Rückseite des Löffels das Eis in einer gleichmäßigen Schicht verteilen. 30 Minuten lang einfrieren. Den Vorgang des Abschabens wiederholen. 1 Stunde lang einfrieren.
5. Das Eis mit einem Löffel in Servierbecher schöpfen.

Guten Appetit!