



Himbeereis

Auch bei einer bewussten Ernährung muss man nicht auf alles verzichten, was vermeintlich ungesund ist. Dieses leckere Himbeereis auf Basis von Bananen ist herrlich cremig und versüßt den Sommer.

Gesamtzeit: 10 Minuten

Zutaten (für 3 Portionen)

- 3 reife Bananen
- 200 g frische oder tiefgefrorene Himbeeren
- 5–6 EL Wasser

1 Die Bananen schälen und in kleine Stücke schneiden. Das Ganze mindestens 4 Stunden einfrieren. Frische Himbeeren kommen ebenfalls ins Gefrierfach.

2 Sobald alles tiefgefroren ist, ein paar Himbeeren für die Deko beiseitelegen. Nun wird das Obst zusammen mit etwas Wasser püriert. Wenn das Obst zu fest ist, einfach noch etwas antauen lassen.

Schon ist das Eis fertig!

Guten Appetit!