

REZEPT ANANAS EIS OHNE ZUCKER

ZUTATEN

500g Ananas

ca. 100 g veganen Joghurt

ZUBEREITUNG

(Die Ananas muss mind. 4 Stunden gefrieren)

Die Ananas in kleine Stücke schneiden (den festen Strunk weglassen) und mindestens vier Stunden in den Gefrierschrank legen.

Das Eis sollte sofort verzehrt werden, sonst schmilzt es weg! Die gefrorenen Ananasstücke in die Küchenmaschine mit dem Joghurt geben und auf hoher Stufe pürieren bis eine homogene Masse entsteht.

PORTIONEN: 2 große Portionen

COPYRIGHT BY STARDUSTANDPANTRIES.DE 