



Foto: StockFood

## REZEPT

### Tres Leches Eis mit zerdrückten Erdbeeren (vegetarisch)

(Für 4 Personen)

Zubereitungszeit: 25 min

Tiefkühlen ca.: 4 h

Schwierigkeitsgrad: leicht

#### Zutaten:

**200 ml Milch**

**100 ml gesüßte Kondensmilch**

**50 g Blaubeeren**

**200 g Erdbeeren**

**1 Päckchen Vanillezucker**

**ca. 250 ml Sahne**

**Zimt, zum Bestreuen**

#### Zubereitung:

1. Die Milch mit der Kondensmilch mischen, in einen Eiswürfelbehälter geben und mindestens 4 Stunden tiefkühlen.
2. Die Blaubeeren waschen und abtropfen lassen, Die Erdbeeren waschen, putzen und in Stücke schneiden. Beide Beeren mit dem Vanillezucker marinieren und ca. 30 Minuten ziehen lassen.
3. Die Hälfte der Erdbeeren mit einer Gabel zerdrücken, wieder unter die restlichen Erdbeeren mischen und alles in vier Gläser verteilen.
4. Die Eiswürfel aus der Form lösen, in ein Tuch geben und in kleinere Stücke zerschlagen. Auf die Früchte in die Gläser geben und mit Sahne auffüllen. Mit Zimt bestreuen und mit einem dicken Strohhalm servieren.



## REZEPT

### Ananas-Mandelmilch-Eis am Stiel (vegan)

Für 8 Stück ca.  
Zubereitungszeit: 15 min  
Frieren mind.: 8 h  
Schwierigkeitsgrad: leicht

#### Zutaten:

**250 g Ananasstücke, Dose**  
**4 EL Agavendicksaft**  
**1 - 2 TL Limettensaft**  
**250 ml Mandelmilch**  
**100 g Sojajoghurt**

#### Zubereitung:

**1.** Die Ananasstücke abtropfen lassen und mit dem Agavendicksaft, Limettensaft, Mandelmilch und Joghurt fein pürieren. Eventuell nachsüßen und die Eismasse in die Förmchen füllen. Etwa 2 Stunden anfrischen lassen, dann Stiele einstecken und mindestens 6 Stunden durchfrieren lassen.

### Wassermeloneneis am Stiel (vegan)

Für 8 Stück ca.  
Zubereitungszeit: 20 min  
Garzeit ca.: 10 min  
Frieren mind.: 8 h  
Schwierigkeitsgrad: leicht

#### Zutaten:

**100 g Zucker**  
**2 EL Limettensaft**  
**600 g Wassermelonenfruchtfleisch**  
**150 g Erdbeeren**

#### Zubereitung:

**1.** Den Zucker mit 100 ml Wasser und dem Limettensaft in einen Topf geben, zum Kochen bringen und ca. 10 Minuten leise köcheln lassen. Anschließend auskühlen lassen.

**2.** Das Wassermelonenfruchtfleisch von Kernen befreien, würfeln und in den Mixer geben. Die Erdbeeren waschen, putzen, klein schneiden und dazu geben.

**3.** Das Obst fein pürieren. Den Zuckersirup zugießen und nochmal pürieren. Die Masse in die Eisförmchen füllen. Etwa 2 Stunden im Tiefkühler anfrischen lassen, dann Stiele einstecken und weitere ca. 6 Stunden durchfrieren lassen.