

HIMBEER-BANANEN NICECREAM

HIMBEER-BANANEN NICECREAM

Ich gebe es zu, hätte mir im letzten Jahr jemand gesagt, dass es hier mal Nicecreamrezepte geben würde hätte ich sicher nur geschmunzelt. Aber das Ganze ist nicht nur für den Kleinen Mann und meine Punktezahlerei gut, sondern auch noch super schnell gemacht. Mein erstes Experiment war diese Himbeer-Bananen Nicecream mit etwas Joghurt - und die wurde hier ratz-fatz verputzt. Wer es gerne etwas süßer mag kann ca. 50g Himbeeren durch eine weitere Banane ersetzen oder nach Lust und Laune doch noch etwas Honig oder Agavendicksaft dazu geben. Uns hat die Frische so sehr gut gefallen!



ZUTATEN FÜR 4-6 PORTIONEN (JE NACH PORTIONSGRÖÖSE):

400g Tiefkühl Himbeeren

1 Banane

100g (fettarmer) Joghurt

ZUBEREITUNG:

Die Banane schälen und in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. Auf einen kleinen Teller geben und

für 15 Minuten in den Tiefkühler stellen. In dieser Zeit die Himbeeren aus dem Tiefkühlfach nehmen und leicht antauen lassen.

Den Joghurt, die Bananenscheiben und die Himbeeren in den Standmixer geben. Es mag an meinem Mixer liegen, aber am besten funktioniert es wenn der Joghurt ganz unten ist. Alles mixen bis keine Stücke mehr zu sehen sind.

Die Himbeer-Bananen Nicecream sofort auf passende Schälchen verteilen und servieren oder für 10 Minuten in einen passenden Behälter geben und nochmal etwas mehr anfrieren.

So oder so - diese Nicecream ist super lecker!

