



## FRUCHTEIS

- ♥ 60 g Zucker
- ♥ 300 g gefrorenes Obst (zB Beeren)
- ♥ 100 g Schlagobers

1. Zucker in den Mixtopf geben und 10 Sek / Stufe 10 pulverisieren
2. Gefrorene Früchte und Schlagobers. 15 Sek / Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben
3. 30 Sek / Stufe 4 zu einem cremigen Fruchteis verarbeiten und sofort servieren – oder - wer es fluffiger mag: Rühraufsatz einsetzen und noch 30 Sek / Stufe 4 rühren

Das Rezept findest du auch in der Cookidoo als Erdbeereis  
<https://cookidoo.at/recipes/recipe/de-AT/r113935>

### Tipp:

statt Schlagobers kann man Joghurt, griechisches Joghurt oder Kokosmilch verwenden. Ich lasse beim Eis den Zucker weg, man kann ihn auch durch Zuckerersatz ersetzen!

Beim Fruchteis auch gern mal experimentieren: Himbeeren mit Erdbeeren, Himbeeren mit Brombeeren, Mango, Ananas, Marillen, Dosenpfirsiche, Zwetschkenröster.... Es sind keine Grenzen gesetzt!

## BANANENEIS

- ♥ 3 Stk gefrorene reife Bananen
- ♥ 100 g Schlagobers

1. Gefrorene Bananen in den Mixtopf geben. 10 Sek /Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben
2. Schlagobers zufügen, dann mindestens 20 Sekunden auf Stufe 6 mixen bis zur gewünschten Konsistenz

## SCHOKOEIS

- ♥ 3 Stk gefrorene reife Bananen
- ♥ 100 g Schlagobers
- ♥ 3 gehäufte Esslöffel Backkakao

1. Gefrorene Bananen in den Mixtopf geben. 10 Sek /Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben
2. Schlagobers und Kakao zufügen, dann mindestens 20 Sekunden auf Stufe 6 mixen bis zur gewünschten Konsistenz

### Tipp:

Bananen und Schokoeis auf einmal – Vom Bananeneis die Hälfte entnehmen – kurz ins Tiefkühlfach, 3 EL Backkakao hinzufügen und noch ein paar Sekunden Stufe 4 rühren

Wer es süßer mag fügt bei Bananen oder Schokoeis den ersten Schritt vom Fruchteis hinzu

### Variante:

Bananeneis ohne Schlagobers (nur mit Bananen) oder wenn es cremiger sein soll – einfach den Schlagobersanteil auf 150 g erhöhen!

## VARIANTE MIT CASHEW (vegan)

Variante mit Cashew schmeckt sehr gut, der Geschmack ist leicht nussig

- ♥ 50 g Cashew ungeröstet
- ♥ 60 g Wasser
- ♥ 50 g Kokosblütenzucker (kann man auch durch Zucker ersetzen oder weglassen)
- ♥ 400 g gefrorene Früchte oder 3 gefrorene Bananen

1. Cashews, Wasser, Kokosblütenzucker im Mixtopf 30 Sek/ Stufe 10 mixen und mit dem Spatel nach unten schieben
2. Obst hinzufügen und 20 Sek / Stufe 10 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
3. Schmetterling einsetzen und 2 Minuten / Stufe 4 cremig rühren (bei Fruchteis)  
Oder statt Schritt 3:  
3a. Banane oder Schokoeis dann mindestens 20 Sek / Stufe 6 mixen bis zur gewünschten Konsistenz

Viel Spaß beim Ausprobieren und gutes Gelingen.

Lass es dir gut schmecken! ♥