



ZUTATEN

HIMBEER NICE CREAM:

1 ½ sehr reife und gefrorene Bananen
100g gefrorene Himbeeren
evtl. etwas Milch/Wasser

ERDNUSSBUTTER NICE CREAM:

1 ½ sehr reife und gefrorene Bananen
3 EL Erdnussbutter
evtl. etwas Milch/Wasser

ERDNUSSBUTTER-/HIMBEER NICE CREAM

1. Nice Cream basiert auf sehr reifen, gefrorenen Bananen. Hierfür die Bananen aus der Schale holen, in grobe Scheiben schneiden (ca. 5 pro Banane reicht) und über Nacht einfrieren
2. Gefrorene Bananen mit Himbeeren bzw. Erdnussbutter in einem Standmixer bzw. einem Food Prozessor zu einer cremigen Masse verarbeiten. Ist die Masse zu fest, etwas Milch oder Wasser zugeben. Achtung: Die Verarbeitung ist nicht so einfach, wie es sich anhört: Standmixer rütteln, zwischendurch die Masse mit einem Löffel verrühren und auch mal einen Hassanfall bekommen (weil die Bananen einfach nicht einfacher cremig werden wollen) ist normal. Nicht aufgeben und weitermachen! Im Zweifel hilft immer etwas Wasser/Milch weiter, um das ganze zu vereinfachen
3. Nice Cream für ca. 1 1/2 Stunden einfrieren und dann mit einem Eisportionierer schöne Kugeln formen

REZEPT FÜR: CA. 250ML
DAUER: 1 STUNDEN 50 MINUTEN



NOTIZEN

