GURKE-INGWER-ZITRONE POPSICLE / EIS AM STIEL / VEGAN

Es wird endlich Sommer und an den heißen Tagen darf ein Eis am Stiel nicht fehlen. Mit diesem selbstgemachten Popice mit Gurke, Ingwer und Zitrone zaubert ihr die perfekte Erfrischung für zwischendurch. Gerade durch den hohen Anteil an Gurke ist das Eis nicht zu süß und ein hervorragender Durstlöscher. Auch für Kinder sind die gesunden Popsicles der perfekte Nachtisch oder ein Snack als Abkühlung. Das Fruchteis ist vegan und ohne zugesetzen Zucker. Ihr könnt das Wassereis in den praktischen Silikonformen mit Stielen zubereiten oder auch in kleineren Portionen in Eiswürfelformen einfrieren. Viele weitere Sorten findest auf meinem Blog und in meiner kostenlosen App.

Zubereitungszeit
15 Minuten

Kühlzeit
6 Stunden

PORTIONSRECHNER:

Stück: 12

GURKE-INGWER-ZITRONE PÜREE

Püriere alle Zutaten gemeinsam fein und fülle sie in eine Dosierflasche. Fülle das Püree in Silikonformen für Eis am Stiel, setze jeweils einen Holzstiel ein und stelle die Eisformen für mindestens 6 Stunden ins Gefrierfach.

EIS AM STIEL FERTIGSTELLEN

Löse das Eis aus den Formen. Du kannst es gleich verzehren oder luftdicht verpackt im Gefrierfach lagern, so hält es sich bis zu 2 Monate. Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!

GURKE-INGWER-ZITRONE EIS:

- [ ] **400 g** Gurken
- [ ] **20 g** Ingwer
- [ ] **60 g** Zitronen
- [ ] **60 g** Reissirup