

Bananeneis

Zutaten | 6 Portionen

½	Zitrone
400 g	Bananen
125 g	Zucker
200 ml	Schlagsahne
50 ml	Vollmilch

Zubereitungszeit: 10 Min., Wartezeit: ca 3 Stunden

Zubereitung:

- Die Zitrone pressen.
- Bananen schälen, etwas zerkleinern und mit den restlichen Zutaten gut verrühren oder kurz in einem Mixer pürieren.
- Die Masse in eine Eismaschine geben.
- Falls keine Eismaschine zur Hand ist, einfach die Masse in eine flache Schale geben und ca. 3 Stunden in das Gefrierfach stellen.
- Nach ca. 1/2 Std. umrühren.
- Das Eis danach etwa alle 15 Min. durchrühren (dies 3- bis 4-mal wiederholen).

Tipp:

Wird die Schlagsahne vorher steif geschlagen und vorsichtig unter die Bananenmasse gehoben, ist die Eis-Konsistenz noch cremiger.

Bei sehr reifen (bis überreifen) Bananen kann der Zuckergehalt, je nach Geschmack, reduziert werden. Wer mag, gibt noch geraspelte Zartbitterschokolade in oder anschließend über die Eismasse.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 166 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
255 kcal	11,1 g	36 g	1,92 g	42,8 mg