

# Frozen Joghurt

## Zutaten | 2 Portionen

500 g	griechischer Joghurt
1 Pck.	Vanillezucker
60 g	Puderzucker
100 g	Milch, 1,5% Fett
1 TL	Zitronensaft
nach Belieben	frische Beeren/Früchte, gehackte Nüsse, Knusper-Müsli, Kekse, Streusel, Erbeer-/Schoko-/Karamellsoße

Zubereitungszeit: 5 Min., Gefrierzeit: 4-5 Stunden

## Zubereitung:

- Joghurt, Vanillezucker, Puderzucker, Milch und Zitronensaft cremig rühren.
- Die Eismasse in eine gefriertaugliche Schale füllen und 4 Stunden in den Gefrierschrank stellen. Damit der Frozen Joghurt schön cremig bleibt und sich keine Eiskristalle bilden, muss die Masse alle 30 Minuten durchgerührt werden. Das Eis ist fertig sobald die Masse gefroren, aber noch cremig ist.

## Tipp:

Ist der Frozen Joghurt nach der Gefrierzeit zu fest, kann er ca. 10 Minuten bei Zimmertemperatur antauen. Danach noch einmal umrühren. Wer es gerne noch cremiger und vollmundiger mag, kann geschlagene Sahne unter die Masse geben.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren. Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 337 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
458 kcal	25,8 g	45,7 g	9,5 g	360 mg