

# Erdbeer-Rhabarber-Eis am Stiel

## Zutaten | 6 Stück

250 g	Rhabarber
250 g	Erdbeeren
100 ml	Orangensaft
45 g	Zucker
0,5	Vanilleschote
150 g	Naturjoghurt (z. B. griechischer Joghurt)

Zubereitungszeit: mind. 4 Stunden

## Zubereitung:

- Erdbeeren waschen, putzen und halbieren. Rhabarber ebenfalls putzen und in kleine Stücke schneiden.
- Erdbeeren, Rhabarber und Orangensaft in einen Topf geben. Das Vanillemark aus der Schote kratzen und zusammen mit dem Zucker hinzufügen. Alles aufkochen und anschließend 3–5 Minuten sanft köcheln lassen, bis die Früchte weich sind. Danach vollständig abkühlen lassen und fein pürieren.
- Joghurt glatt rühren und zusammen mit dem Fruchtpüree abwechselnd in Eisförmchen füllen. Für eine schöne Marmorierung die Schichten leicht vermischen.
- Stiele einsetzen und das Eis mindestens 4 Stunden, am besten über Nacht, einfrieren.

## Tipp:

Für eine besonders cremige Variante einen Teil des Joghurts durch Sahne ersetzen. Wer es süßer mag, passt die Zuckermenge je nach Reife der Früchte an.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren. Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
95,0 kcal	2,5 g	15,0 g	3,0 g	90,0 mg