

Melonen-Buttermilch-Eis

Zutaten | 4 Portionen

300 g	Wassermelone (Fruchtfleisch, ohne Kerne)
1 TL	Zitronensaft
150 ml	Buttermilch
40 g	Puderzucker
1 Päckchen	Vanillezucker
100 ml	Schlagsahne
	einige Minzblätter

Zubereitungszeit: 15 Min., Gefrierzeit: 4-5 Std.

- Die Wassermelone würfeln und zusammen mit Zitronensaft fein pürieren. Wer ein besonders feines Eis möchte, streicht das Püree anschließend durch ein Sieb.
- Buttermilch, Puderzucker und Vanillezucker unter das Melonenpüree rühren.
- Die Sahne steif schlagen und vorsichtig unter die Melonen-Buttermilch-Masse heben.
- Die Masse in eine flache, gefriergeeignete Form füllen und für etwa 4-5 Stunden einfrieren.
- Damit das Eis besonders cremig wird, die Masse während der ersten 3 Stunden etwa alle 45 Minuten mit einer Gabel kräftig durchrühren. So werden größere Eiskristalle verhindert.
- Das Eis etwa 10 Minuten vor dem Servieren aus dem Gefrierfach nehmen. Mit einem Eisportionierer Kugeln abstechen und nach Belieben mit frischer Minze garnieren.

Tipp:

Für ein besonders aromatisches Eis eignet sich eine vollreife Melone. Wer es etwas süßer mag, kann zusätzlich 1-2 Esslöffel Honig unterrühren. Auch mit Honigmelone oder Cantaloupe-Melone schmeckt das Eis hervorragend.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
112 kcal	6,3 g	12,2 g	1 g	34 mg