



Einmal alles, bitte!

Heidelbeer-Eis

Pudding-Eis (vorn links)

500 ml Milch
120 g Zucker
1 Pck. Vanillepuddingpulver
300 g Heidelbeeren

Von der Milch 6 EL abnehmen und mit dem Puddingpulver verrühren. Die restliche Milch mit dem Zucker aufkochen. Das angerührte Puddingpulver einrühren und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren 1 Minute köcheln lassen. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen, dabei öfter umrühren, sodass der Pudding keine Haut bildet.

Die Heidelbeeren waschen und glatt pürieren. Unter den Pudding mischen und die Masse einige Stunden sehr gut durchkühlen lassen.

In die Eismaschine füllen und gefrieren lassen, in einen gefriergeeigneten Behälter füllen und 2 - 3 Stunden tiefkühlen. Vor dem Servieren evtl. 10 Min antauen lassen.



© Lüneburger Heide

Superfruchtiges Eis (vorn Mitte)

600 g Heidelbeeren
75 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker
30 g Speisestärke
200 ml Sahne

Beeren mit 100 ml Wasser aufkochen und bei kleiner Hitze 5 Min köcheln lassen. Sehr glatt pürieren und 500 ml abmessen. 4 EL Heidelbeersaft abnehmen und mit Speisestärke glattrühren. Restlichen Saft zusammen mit Zucker und Vanillezucker aufkochen, dann die angerührte Stärke einrühren. und etwa 1 Min unter kräftigem Rühren köcheln lassen. Die Sahne unterrühren und die Masse mindestens 3 Stunden kaltstellen.

In die Eismaschine füllen und gefrieren lassen, in einen gefriergeeigneten Behälter füllen und 2 - 3 Stunden tiefkühlen. Vor dem Servieren evtl. 10 Min antauen lassen.



Blueberry N'icecream (vorn rechts)

3 reife Bananen
200 g Heidelbeeren
1 Pck. Vanillezucker
2 EL Zucker, optional
1 EL Zitronensaft

Bananen schälen und in kleinere Stücke brechen. Zusammen mit den Heidelbeeren 6 Stunden tiefgefrieren.

Die gefrorenen Bananenstücke und Heidelbeeren zusammen mit Vanillezucker, Zucker nach Belieben und Zitronensaft in der Küchenmaschine pürieren, sodass alle Zutaten gut miteinander vermischt sind. Sollte das Eis zu weich sein, noch einmal für 1 - 2 Stunden in den Tiefkühler stellen.

Tipp: Für ein noch cremigeres Eis 2 EL Mandelmus untermischen.

Frozen Yoghurt (hinten)

50 g Heidelbeeren
250 g Joghurt
1 EL Zitronensaft
2 EL Zucker

Heidelbeeren pürieren und kaltstellen.

Joghurt mit Zitronensaft und Zucker glattrühren und abschmecken. Es sollte sehr süß schmecken, da die Süße durch die Kälte weniger intensiv wird. Die Mischung in die Eismaschine geben und nicht ganz fest gefrieren lassen. In eine Schale oder in Schälchen füllen und das Heidelbeer-Püree unterheben.

Das fertige Frozen Yoghurt kann eingefroren werden, sollte dann aber ca. 10 Min vor dem Servieren antauen.

Tipp: Herstellung ohne Eismaschine

Die Masse in eine gefriergeeignete Schüssel oder Schale füllen, verschließen und in den Tiefkühler stellen. 2 Stunden gefrieren lassen, dann 3-4-mal im Abstand von 30 Min kräftig durchrühren. Die ersten Male geht es am besten mit einem Stabmixer, aber auch mit der Gabel funktioniert es gut. Weitere 3 - 4 Stunden gefrieren lassen. Vor dem Servieren 10 Minuten antauen lassen.

www.lueneburger-heide.de/26738