

# Eis mit Kindern selber machen



Gerade wenn im Sommer die Temperaturen steigen, gibt's es nichts Besseres als ein gutes Eis zum Abkühlen. Warum sich also lange in die Schlange vor der Eisdiele stellen, wenn man auch Zuhause ganz leicht eins selber herstellen kann.

## Erdbeer-Joghurt Eis



- ca. 200 g. Erdbeeren
- 1/2 Banane
- ca. 150 g. Joghurt
- 1Prise Vanille
- 2 TL Ahornsirup (Honig)



## Erdbeer-Joghurt Eis

Erdbeeren waschen und vierteln. Mit einem Pürierstab\* oder in einem Mixer fein pürieren.

Joghurt, Ahornsirup und Vanille untermischen.

In die Eisförmchen füllen und für mindestens drei Stunden in den Gefrierschrank stellen.

## Fruchteis



### Zutaten

- 100 g Früchte (wenn du einen guten Standmixer hast tiefgekühlt)
- 30 ml Fruchtsaft

### Schritte

1. Wenn du einen guten Standmixer hast, gib die tiefgekühlten Früchte in diesen und lasse sie gut zerkleinern (pürieren).
2. Gib den Fruchtsaft hinzu und vermenge alles, bis ein dicker Brei entsteht.
3. Fülle die Masse in Förmchen deiner Wahl (z. B. spezielle Eisformen oder einfache Eiswürfelbehälter (aus Silikon!)) und stecke einen Stiel hinein). Gib alles in den Tiefkühler. Wenn du tiefgekühlte Früchte genommen hast, braucht das Eis nur etwa 1 bis 2 Stunden, bis es fertig ist, bei frischen Früchten 3 bis 4 Stunden.