



Aus der Heimat der Frische

 20 Minuten

 Einfach

Buttermilch-Eishappen

Dreischichtige Eisbonbons aus Buttermilch Drink Zitrone und Fruchtpüree, ideal als Frische-Kick für deine Gartenparty

 *So wird's gemacht :*

Schritt 1

Heidelbeeren waschen, pürieren und mit 50 ml Buttermilch Drink Zitrone vermischen.
Mangofruchtfleisch pürieren und mit dem ausgepressten Saft einer halben Limette sowie 50 ml Buttermilch Drink Zitrone vermischen. Restliche Buttermilch mit gehackter Minze vermischen.

Schritt 2

In die Eiswürfelformen zuerst eine Schicht Heidelbeer-Buttermilch Mix geben, darauf eine Schicht Mango-Buttermilch Mix und zuletzt eine Schicht des Minze-Buttermilch Mixes in die Form füllen. Mit Limettenabrieb bestreuen und für ca. 2 Stunden gefrieren lassen.

Schritt 3

Danach als eisige Buttermilch-Eishappen servieren.

Nährwerte

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 35/8

Fett (g): 0,1

Kohlenhydrate (g): 1,5

Eiweiß (g): 0,2



Zutaten

24 Stück

80 g Heidelbeeren

200 g MILRAM Buttermilch Drink Zitrone

80 g Mangofruchtfleisch

1 Bio-Limette

Minze nach Belieben