

Diabetiker - Erdbeer - Eis

Kategorien: Diabetiker, Eis, Fruchteis

Zutaten für: 2 Portionen

160	Gramm	Erdbeeren
1		Eigelb
200	ml	Milch
		Fluessiger Suesstoff
30	Gramm	Suesse Sahne

Anleitung:

Grundzubereitung

1. Die Erdbeeren kurz waschen und die Stiele abzupfen, anschliessend kleinschneiden und mit dem Puerierstab oder im Mixer fein puerieren, dann abdecken und ins Gefrierfach stellen.
2. Das Eigelb schaumig schlagen.
3. Die Milch aufkochen und mit fluessigem Suesstoff suessen.
4. Den Topf vom Herd nehmen und das Eigelb mit der Sahne in die heisse Milch ruehren.
5. Die Mischung in ein kuehles Gefaess fuellen und im Eiswasserbad abkuehlen lassen, dabei von Zeit zu Zeit umruehren, damit sich keine Haut bilden kann.

Zubereitung im Eis-Profi

6. Die Mischung zugedeckt 1 Stunde in den Kuehlschrank oder 20 Minuten ins Gefrierfach stellen, dann das Erdbeerpueree unterruehren.
7. Die Eismasse in den gekuehlten Behaelter der Eismaschine geben und 20-30 Minuten gefrieren lassen. Die Eiscreme eventuell einige Minuten im Eisbehaelter bei ausgeschaltetem Ruehrwerk nachfrieren lassen.

Zubereitung im Gefriergeraet

Die Eismasse ohne Zugabe der Sahne zubereiten. Die Sahne steif schlagen und kurz vor dem Einfuellen der Eismasse in einen flachen Gefrierbehaelter unterheben. Die Eismasse zugedeckt im Gefrierfach 5-7 Stunden bei mindestens -18 Grad festwerden lassen. Mit einer Gabel die aeusseren gefrorenen Schichten oefter nach innen ruehren. Das Erdbeer-Eis vor dem Servieren ein paar Minuten im Kuehlschrank weich werden lassen.