

Sirup - Hörnchen (Basisch)

Kategorien: Plätzchen, Eis

Zutaten für: 1 Personen

3	Tassen	Dinkel sehr fein Gemahlen
1/3	Flasche	Mineralwasser
2	Essl.	Rübensirup
1/2	Teel.	Naturvanille

FÜLLUNG 1

1	Glas	Sahne
1		Reife Banane

FÜLLUNG 2

Mangoscheiben
Eingeweicht
Sahne
Wasser

FÜLLUNG 3

		Eis nach folgendem Rezept
1	Glas	Schlagsahne (30%Fett) evtl. das Doppelte
1	Essl.	Rübensirup evtl Mehr
1/2	Teel.	Acerola-Pulver
1/4	Teel.	Naturvanille Papierförmchen
		VARIATIONEN Banane ODER Mangoscheiben o Stücke ODER Frische Himbeeren Erdbeeren Oder Johannisbeeren

Anleitung:

Vorbereitungszeit ca. 45 Minuten

Für die Hörnchen: Alle Zutaten gut verkneten und ausrollen. Kleine Quadrate ausschneiden und diese über einen Holzlöffelstiel aufrollen, wieder abziehen und mit etwas Olivenöl bestreichen. Diese Hörnchen nur kurz knusprig backen.

1. Füllung: Die Sahne steif schlagen, die reife Banane zerdrücken, mit der Sahne vermischen und in die Hörnchen füllen.

2. Füllung: Eingeweichte Mangoscheiben mit dem Wasser pürieren und mit der steifen Sahne vermengen und einfüllen.

3. Füllung: Eis, nach folgendem Rezept: Eis: Die Sahne sehr steif schlagen. den Rübensirup kurz vor dem Festwerden dazuträufeln. Acerola-Pulver dazugeben. Naturvanille untermengen. Schlagsahne in Papierförmchen füllen und im Eisfach mindestens 3 Stunden tiefgefrieren.

Sirup - Hörnchen (Basisch)

(Fortsetzung)

VARIATIONEN zum Eis: 1. Eine pürierte Banane untermengen 2. Pürierte getrocknete, eingeweichte Mangoscheiben oder frische Mangostücke mit einrühren. 3. Oder als Sauce über das Eis geben. 4. Frische Himbeeren, Erdbeeren oder Johannisbeeren schmecken sehr gut dazu. Rezept ausdrucken