

Kiwieis

von Achim Stößer (achim-stoesser.de)

4 Kiwis
2 EL Apfelsaft
2 EL Sojamilch
2 EL Zucker

- Kiwis schälen, Fruchtfleisch vom Kern schneiden, würfeln.
- Einige Stunden bzw. über Nacht einfrieren.
- Aus dem Gefrierfach nehmen, 10-15 Minuten antauen lassen.
- Mit den restlichen Zutaten pürieren.



Variante: Es können natürlich nach Belieben andere Früchte verwendet werden, beispielsweise Pfirsiche, Melonen, Äpfel, Birnen (apfelbirneneis) , Mangos usw.

Hinweis: Das Eis kann auch einfach in der Eismaschine zubereitet werden.