

Süß und kalt

## Beeren-Joghurt-Eis

Zubereitungszeit ca. 200 Min.

### Zutaten für ca. 4 Portionen:

100 ml Iovital® complete energy 2.0 Neutral  
300 g tiefgefrorenes Beerenobst, z.B. Heidelbeeren, Erdbeeren, Brombeeren  
250 g Joghurt (10% Fett)  
3 EL Honig  
2 EL Zitronensaft  
1 Päckchen Vanille-Zucker

### Nährwerte pro Portion:

Energie .....224 kcal  
Eiweiß .....5,1 g  
Fett .....8,7 g  
Kohlenhydrate .....29,3 g

### Zubereitung

Tiefgefrorene Beeren, Iovital® complete energy 2.0 Neutral und die restlichen Zutaten in einen Standmixer geben und fein pürieren.  
Die Creme in eine Eismaschine geben und ca. 30 Minuten gefrieren lassen. Alternativ die Creme mindestens 3 Stunden gefrieren lassen und die Masse in dieser Zeit ab und zu umrühren.  
Das Eis ca. 20 Minuten vor dem Portionieren aus dem Gefrierschrank nehmen und mit Beeren garnieren.