

Marias Gesundküche „hoch3“

vital * vollwertig * vegetarisch

Zitronen-Joghurt-Eis ***Erfrischung pur***

Zutaten für 2 Personen

- 500 g Bio-Joghurt Rahmstufe (10 % Fett) oder Griechischer Joghurt
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Honig
- Geriebene Schale von 1 Bio-Zitrone

Zubereitung:

Den Joghurt mit dem Zitronensaft, Honig und der geriebenen Zitronenschale mit dem Schneebesen gut verrühren.

In der Eismaschine 45 Minuten zu herrlich erfrischem Zitronen-Eis gefrieren.
Zum Servieren mit etwas geriebener Zitronenschale bestreuen.

Alternativ für Kinder in Eisförmchen mit Stiel gefrieren lassen.

