

Fruchtiger Frozen Joghurt

Zutaten:

- (flüssiger) Honig – nach Geschmack
- 750 g Naturjoghurt
- 2-3 Bananen
- 550 g frisches Obst (je nach Geschmack)
- z. B. Blaubeeren, Mango, Birnen, Pflaumen
- 300 g Himbeeren



Zubereitung:

Alle Früchte -bis auf die Himbeeren- müssen gewaschen, vom Stiel und Kernen entfernt werden und klein geschnitten (Mundgerechte Stücke) werden. Die zerkleinerten Früchte nun gleichmäßig auf ein Tablett auslegen und dieses für ca. 2 Stunden in den Gefrierschrank stellen. Gleichzeitig werden auch 8-9 Gläser in den Gefrierschrank gestellt, darin wird später das Eis serviert. Etwas Honig zusammen mit dem Naturjoghurt in eine Rührschüssel geben und dies gut miteinander verrühren. Die gefrorenen Früchte mit in die Rührschüssel geben und alles verrühren, bis eine glatte Masse entsteht. Die Gläser können nun aus dem Gefrierschrank genommen werden. Die Himbeeren auf die Gläser verteilen und dann den Joghurt mit den gefrorenen Früchten in die Gläser füllen, bis die gesamte Creme verteilt ist.

Nun kann der Frozen Joghurt verzehrt werden.