REZEPT

REZEPTTITEL
Pinkes Eis mit Kirschen

FÜR
4 Portionen

AUS DEM FEATURE
Aprikose aus der Dose

KONTRIBUTOR
Food Bandits
www.foodbandits.nl

SISTERMAG
N°30

ZUTATEN

2	gefrorene Bananen
1	Hand voll gefrorene Erdbeeren
1/2 TL	Vanille Extrakt
	Eiswaffeln
	Kirschen zum garnieren

ZUBEREITUNG

1. Püriere die gefrorenen Bananen mit dem Vanilleextrakt im Mixer.
2. Gib die gefrorenen Erdbeeren dazu und lass den Mixer laufen, bis alles eine gleichmäßige pinke Farbe hat.
3. In der Waffel mit Kirschen garniert servieren.

REZEPT

REZEPTTITEL
Hafer Sandwich Cookies mit Pfirsicheis

FÜR
4 Portionen

AUS DEM FEATURE
Aprikose aus der Dose

KONTRIBUTOR
Food Bandits
www.foodbandits.nl

SISTERMAG
N°30

ZUTATEN

250 g	Hafermehl
60 g	geschmolzenes Kokosöl
60 g	Agavendicksaft
½ TL	Vanilleextrakt
2 EL	Backpulver
2 EL	Wasser
2	gefrorene wilde Pfirsiche
2	gefrorene Bananen

ZUBEREITUNG

1. Den Ofen auf 160 °C vorheizen und ein Blech mit Backpapier auslegen.
2. Das Hafermehl, Backpulver, Kokosöl, Vanilleextrakt, Agavendicksaft und Wasser mischen, bis sich alle Zutaten gerade zu einem Teig verbinden.
3. Diesen in acht Kekse formen und auf dem Blech auf mittlerer Schiene ca. 15 Minuten backen, bis sie eine goldbraune Farbe annehmen.
4. Die Cookies abkühlen lassen und währenddessen die gefrorenen Bananen und Pfirsiche in einem Mixer pürieren, bis sie cremig sind.
5. Das Eis zwischen zwei Kekse geben, um ein Sandwich zu machen.

FORTSETZUNG

6. Auch empfehlenswert: eine Prise Salz und einige Rosinen zum Cookie-Teig geben und ohne Eis warm aus dem Ofen genießen!

REZEPT

REZEPTTITEL
Geröstete Sommerfrüchte mit Vanilleeis

FÜR
4 Portionen

AUS DEM FEATURE
Aprikose aus der Dose

KONTRIBUTOR
Food Bandits
www.foodbandits.nl

SISTERMAG
N°30

ZUTATEN

400g	entkernte Aprikosen
250g	entkernte Kirschen
1 EL	geschmolzenes Kokosöl
1 TL	Vanilleextrakt
3	gefrorene Bananen
	Mark einer Vanilleschote

ZUBEREITUNG

1. Ofen auf die Grillfunktion einstellen und vorheizen lassen.
2. Falls noch nicht geschehen, entkernt nun die Aprikosen (Übrigens: Dieses Rezept funktioniert auch problemlos mit anderem Steinobst wie Pflaumen, Pfirsichen oder Nektarinen).
3. Früchte in eine Backform geben und das Kokosöl in einem Topf bei geringer Hitze schmelzen.
4. Das Vanilleextrakt dazu geben und gründlich rühren.
5. Das geschmolzene Öl über die Früchte geben für 15 Minuten auf mittlerer Schiene backen. Währenddessen die Bananen und das Mark der Vanilleschote im Mixer pürieren.

FORTSETZUNG

6. Die noch warmen Früchte in vier Schüsseln aufteilen und das Eis dazu geben. Alternativ das Eis direkt über die Früchte in der Backform geben und alle aus der Form löffeln lassen.