

Lala LuniX be green

VEGANE BEEREN POPSICLES



[lalalunix_begreen](https://www.instagram.com/lalalunix_begreen)



www.lalalunix.de

Das brauchst Du

ZUTATEN

- 100ml Sojajogurt
- 75ml Hafermilch
- 150g Beeren Mix
- 30g Zucker



6 Personen



8 Stunden



15 Minuten



1,73 €*
*anteilig auf die benötigten Mengen

1. Quark und Milch mit 15g Zucker mischen
2. Beeren aufkochen, 15g Zucker hinzugeben und passieren. (Mit einem Sieb die Kerne rausfiltern)
3. Die Hälfte der Jogurt Masse mit der Hälfte der Beeren Masse mischen, (hellrosa homogene Masse)
4. Nun die pure Beeren Masse gleichmäßig in die Popsickles Formen füllen. Anschließend die gemischte Masse. Zum Schluss die pure Quark Masse auffüllen
5. Die Stiele nun reinstecken und für mindestens 8 Stunden in den Gefrierschrank stellen.

Notizen

Je nachdem, welche Formen ihr habt, kann die Menge variieren, Pauschal kann ich sagen, dass jeweils 1/3 der Masse in die Förmchen soll.

Der Zucker lässt sich durch jede Art von Süßungsmittel ersetzen.

Das Eis nicht vor den 8 Stunden rausnehmen und wieder reinstellen, da sich sonst Eiskristalle bilden

Das Eis lässt sich durch leichtes Anwärmen der Formen lösen