



Nicecream mit Himbeeren & Knuspermüsli



Zutaten

Menge	
2	reife Bananen
16	TK-Himbeeren
100 ml	Milch
1 EL	Honig
2 EL	Knuspermüsli

Rezeptinfo

Zutaten für eine Portion

Zubereitungszeit: 10 Min. + Kühlzeit

pro Portion: 2314 kJ, 554 kcal, 107 g Kohlenhydrate, 10,7 g Eiweiß, 7,52 g Fett, 9,00 mg Cholesterin, 10,5 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: €

schnell **veggie**

Zubereitung

Mit unserer Nicecream mit Knuspermüsli kannst du richtig gut in den Tag starten: Jede Menge Himbeeren werden mit Bananen und Knuspermüsli kombiniert. Super schnell zubereitet und richtig lecker!

Step 1:

Die Bananen schälen, in grobe Stücke schneiden und über Nacht einfrieren.

Step 2:

Am nächsten Morgen die gefrorenen Bananenstücke zusammen mit der Hälfte der Himbeeren, sowie der Milch und dem Honig fein pürieren. Am besten funktioniert das im Universalzerkleinerer oder im Mixer.

Step 3:

Nun das Eis in eine hübsche Schale geben und mit Knuspermüsli, sowie den restlichen Himbeeren dekorieren.