



ZENTRUM FÜR
AMBULANTE REHABILITATION
HERZ & KREISLAUF DRESDEN

Vanilleeis mit Kürbiskernöl und Orangenschokolade

- für 4 Personen -

Zutaten:

25 g Puderzucker, Wasser
50 g Kokosraspeln
200 g Vanilleeis
4 TL Kürbiskernöl
20 g Orangenschokolade, halbbitter
Melissenblatt

Zubereitung:

Puderzucker mit Wasser cremig rühren, auf einen flachen Teller streichen · 4 Weingläser in die Zuckercreme tauchen · Kokosraspeln auf einen flachen Teller streuen, die Gläser mit dem Zuckerrand in die Kokosraspeln stellen, ca. $\frac{1}{2}$ Stunde ruhen lassen · Eis zur Kugel formen, in die Gläser füllen · mit Kürbiskernöl übergießen, Orangenschokolade darüber mit der groben Reibe reiben und Zitronenmelisse garnieren

Nährwertangaben:

1 Portion = 141 kcal, 0,7 g Ball., 63 mg tier. Chol.

1 KHE