

# Himbeer-Sorbet mit Minze

## Für vier Personen:

700 g Himbeeren	1 Bio-Limette (Saft, Zesten)	180 g Puderzucker
3 Eiweiß	1 Bund frische Minze	2 EL Zucker
Salz		

Die Himbeeren vor dem Verarbeiten säubern. Dann in ein hohes Gefäß füllen und mit einem Stabmixer fein pürieren.

Die Beerenmasse durch ein Sieb streichen, dann mit dem Saft und den Zesten einer Limette vermengen. Zesten sind kleine, dünne Streifen der Schale, die mit einem Zestenreißer abgelöst werden. Puderzucker hinzugeben und einrühren, bis er sich vollständig aufgelöst hat.

Das Eiweiß mit einer Prise Salz und etwas Zucker steifschlagen. Unter die Himbeeren heben. Die Masse in eine flache, frostsichere Schale geben und für mindestens 3 Stunden gefrieren lassen.

Vor Ablauf der Gefrierzeit die Minze zubereiten: waschen, trockenschleudern und fein hacken.

Das Sorbet eine Viertelstunde vor dem Servieren aus der Kälte holen. In groben Stücken in ein hohes Gefäß geben und nochmals mit einem Stabmixer bearbeiten – und zwar solange, bis das Sorbet cremig ist. Nun die gehackte Minze darunterziehen. Schöne Kugeln formen und sofort genießen.

## Tipps:

Frische Himbeeren vor dem Verarbeiten feucht abtupfen, nicht unter fließendem Wasser abbrausen. Sonst geht das Aroma verloren. Wem das nicht reicht, der muss sie in ein kurzes Wasserbad geben.

Eine fixe Variante für alle, die Eis auf Milchbasis wollen: ein halbes Kilo tiefgefrorene Himbeeren leicht antauen lassen, mit 200 Gramm Naturjogurt, etwas Honig und 1 Esslöffel Himbeergeist pürieren. 200 Milliliter steife Schlagsahne und etwas gehackte Minze unterrühren.

Aus Himbeeren lässt sich ebenso Parfait (Halbgefrorenes) machen. Das Typische: Es wird nicht gerührt, damit sich große Eiskristalle bilden. Für 4 Portionen 2 Eigelb und 50 Gramm Puderzucker cremig schlagen, erst 125 Gramm pürierte Himbeeren, dann 125 Milliliter steife Sahne vorsichtig unterrühren. In eine mit Gefrierfolie ausgelegte Kastenform füllen, 4 Stunden gefrieren lassen. Rechtzeitig vor dem Servieren antauen lassen.

test Juli 2011