



RS Spritziges Wassermelonen-Sorbet

mit Kokosraspel und Schokodrops



ca. 1h



2 Portionen

Im Sommer geht es heiß her, da ist eine kühle Erfrischung zwischendurch eine mehr als willkommene Abwechslung. Und was eignet sich dafür besser als Wassermelone? Die ist schon pur ein Genuss, aber noch wohltuender ist sie als kaltes Sorbet. Dafür mixen wir die Melone mit Ingwer, Limette und Minze und sorgen so für die geballte Ladung sommerlicher Aromen. Mit so viel Frische schlagen wir der Hitze doch leicht ein Schnippchen!

Was du von uns bekommst

- 1 Stück Ingwer
- 1 unbehandelte Limette
- 10g Minze
- 200g Zucker
- 1 Wassermelone
- 25g Kokosraspel
- 75g dunkle Schokodrops ¹

Was du zu Hause benötigst

Küchenutensilien

- Stabmixer mit hohem Gefäß
- mittelgroße Auflaufform
- kleiner Topf
- kleine Pfanne
- Küchenwaage
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Kochtipp

Ingwer lässt sich ganz einfach mit einem Teelöffel schälen: Dazu die Schale mit der Kante des Löffels abkratzen.

Allergene

Sojabohnen (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 629kcal, Fett 26.4g, Kohlenhydrate 89.8g, Eiweiß 5.2g



1. Zutaten vorbereiten

Die **½ des Ingwers** schälen und fein reiben. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen. Die **½ der Minzblättchen** von den Stängeln zupfen.



4. Sorbet einfrieren

Das **Melonensorbet** gleichmäßig in eine mittelgroße Auflaufform oder Dose füllen. Je flacher das **Püree** verteilt wird, desto schneller gefriert es. Die Form ins Tiefkühlfach geben und das **Melonensorbet** mindestens 2,5-3h durchfrieren lassen. **Tipp:** Wenn du etwas Zeit mitgebracht hast, kannst du das **Püree** auch über Nacht gefrieren lassen.



2. Sirup köcheln

100g Zucker mit 100ml Wasser, dem **Ingwer** und dem **Limettensaft** in einen kleinen Topf geben. Aufkochen und unter Rühren 1-2Min. köcheln lassen, bis sich der **Zucker** aufgelöst hat. Den entstandenen **Sirup** vom Herd nehmen und in ein hohes Gefäß umfüllen, dann den **Limettenabrieb** unterrühren.



5. Anrichten und servieren

Die **Kokosraspel** in einer kleinen Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze 1-2Min. anrösten, dabei regelmäßig rühren, damit sie nicht verbrennen. Das **Wassermelonensorbet** mit den **Kokosraspel**, den **Schokodrops** und mehr **Minze** garniert servieren.



3. Wassermelone pürieren

Die **Wassermelone** vierteln und das **Fruchtfleisch** ausschneiden, dann zum **Sirup** in das hohe Gefäß geben. Die **Minzblättchen** zufügen und alles mit einem Stabmixer fein pürieren.



6. Ein kaltes Vergnügen

Lust auf Eis am Stiel? Kein Problem – dafür brauchst du nur eine entsprechende Form. Statt in eine flache Dose füllst du dein Melonensorbet in die Eisformen und gibst die Toppings einfach direkt dazu. Kurz untermischen, das Sorbet wie gehabt einfrieren und dabei geduldig sein. Danach kannst du herrlich kühles, fruchtiges Eis am Stiel genießen.