




Cashew-Mascarpone-Eis mit Cranberry-Crunch

 Zeit gesamt
4h 30min

 Zubereitungszeit
30min

 Schwierigkeit
Mittel



Zutaten

für 4 Portionen

Cashewkerne	175 g
Milch	150 ml
Vanillinzucker	1 TL
Honig	100 g
Mascarpone	200 g
Cranberries, getrocknet	25 g
Haferflocken, kernig	2 EL

Zubereitung

 Küchenutensilien

hohes Gefäß, kleine Pfanne, kleine Auflaufform, Pürierstab

1. In einer Pfanne 150 g Cashewkerne auf mittlerer Stufe fettfrei ca. 2 Min. leicht anrösten. Auf einem Teller abkühlen lassen. In einem hohen Gefäß geröstete Cashewkerne mit Milch zu einer glatten Creme pürieren. Cashewkernmilch mit Vanillinzucker, 80 g Honig und Mascarpone verrühren.
2. Masse in eine flache Schale geben und etwa 4 Std. tiefkühlen. Dabei nach etwa 90 Min., wenn die Masse vom Rand her zu gefrieren beginnt, gut durchrühren und diesen Vorgang etwa alle 45 Min. wiederholen, bis das Eis fertig ist.
3. Inzwischen übrige Cashewkerne grob hacken. Cranberries ebenfalls hacken. In einer Pfanne Cashewkerne mit Haferflocken auf mittlerer Stufe fettfrei ca. 2 Min. hell anrösten. Cranberries zufügen, mit übrigem Honig beträufeln und gut vermengen. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und abkühlen lassen, dann zerbröseln.
4. Eis zu Kugeln portionieren, mit dem Cranberry-Crunch bestreuen und servieren.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Alternativ Cashewkernmasse in eine Eismaschine geben und darin nach Geräteanweisung zu Eiscreme gefrieren.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt 566 kcal

Kohlenhydrate 48 g

Eiweiß 12 g

Ballaststoffe 2 g

Fette 39 g