

Kokos-Erdbeer Shake und Eis

○ Leicht

Zutaten für 8 Personen

Zubereitungszeit:

Arbeitszeit: 10 Min.

500 g Erdbeeren

500 ml Bio-Kokosmilch

1 - 2 EL Bio Kokosblütensirup

etwas gemahlene Vanille

frische Minze

für die den
Shake Eiswürfel

Kokos-Erdbeer Shake

1

Die Erdbeeren waschen, Stiele und Blätter wegschneiden und halbieren.

2

Nun die Erdbeeren mit der Kokosmilch, dem Kokosblütensirup und der gemahlene Vanille in den Mixer geben und pürieren.

3

Gläser mit Eiswürfel befüllen und den Shake angießen. Mit frischer Minze garniert servieren.

Kokos-Erdbeer Popsicles

1

Den Kokos-Erdbeer Shake in die Popsicle-Eisformen verteilen, je ein Holzstäbchen einstecken und im Eisfach gefrieren.