

Sahneeis Grundrezept KETO „Minimilk“ | Perfecto-X ohne Zuckerzusatz



Sahneeis Grundrezept KETO „Minimilk“ für KETO geeignet, mit Perfecto-X ohne Zuckerzusatz. Aus diesem Sahneeis Rezept kannst du viele Eis Varianten zaubern z.B. Stracciatella oder du kannst auch karamellisierte Nüsse zum Eis dazu geben. Das Nüsse sollte mit braunem Erythrit-Rohrzucker gemacht werden. Ein Rezept zum „Normalem“ Karamellisierte Nüsse findest du hier:



Karamellisierte Nüsse

Für das Stracciatella Eis benötigst du Schoko-Chips oder gehackte Schokolade. Das Rezept findest du hier:

?? Schoko-Chips

?? Zuckerfrei Schokolade bekommst du hier »

Durchschnittliche Nährwerte je 100 g

| | |
|-------------------------------|--------|
| Brennwert in kcal | 190 |
| Fett | 12,8 g |
| - davon gesättigte Fettsäuren | 7,8 g |
| Kohlenhydrate | 17 g |
| - davon Zucker | 1,9 g |
| - davon mehrwertige Alkohole | 15,1 g |
| Ballaststoffe | 5,5 g |
| Eiweiß | 2 g |
| Salz | 0,1 g |

Zutaten für 1000 g:

330 g Wasser 445 g Sahne 30 % 100 g Perfecto-X 15 g X-Bindemittel-Perfecto 110 g Xylit 1 Prise Salz

Zubereitung:

Alle trockenen Zutaten mischen.-- Die Wasser und die trockenen Zutaten zusammen bei höchster Stufe 2 min. mixen.- Nun die Sahne dazugeben und nochmals kurz mixen.-- Den Mix mindestens 60 Min. im Kühlschrank reifen lassen.-- Das Eis nun mit einer Eismaschine oder der Handmethode einfrieren. #Tipp# Kurz bevor das Eis fertig ist, kann wer mag die Schoko-Chips, gehackte Schokolade, Nüsse usw. dazugeben und mit unterrühren.