



Avocado-Rosmarin-Sorbet

Zutaten

- etwas Salz
- 200 g Avocado
- 200 g Orangen
- 80 g Zitronen
- 100 g Zucker
- 0,25 TL Rosmarin

Zubereitung

1. Avocados halbieren, den Kern entfernen, schälen und in Stücke schneiden. Orangen und Zitronen auspressen.
2. Avocadofleisch, Orangen- und Zitronensaft, Zucker und Salz mit dem Schneidstab pürieren. Mit Rosmarin würzen und abschmecken.
3. Das Avocadopüree auf eine flache Schale streichen und 45 Min. ins Gefrierfach legen. Danach in Gläser verteilen und sofort servieren. Zubereitungszeit ohne Gefrierzeit.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	31 g
Energie	195 kcal
Fett	6 g
Protein	1 g

- 🕒 10 Minuten
- ⊕ 4 Portionen