

Genießen

Lisa Rudiger

Donnerstag, 24.08.2023

Eiskalte Himbeer-Joghurt-Würfel (Himbeer-Joghurt-Bites) Für 20 Stück

Zutaten:

Für die Fruchtwürfel:

250 g Himbeeren
1 EL flüssiger Honig
2 EL Chiasamen
25 g Joghurt (stichfest)
1 EL Zucker (10g, optional)

Für den Schokomantel:

200 g weiße Kuvertüre
Chiasamen zum Bestreuen

Außerdem: Eiswürfelform oder Silikonform für Pralinen

Zubereitung:

1. **Für die Fruchtwürfel** die Himbeeren verlesen, abbrausen und in einem Rührbecher kurz pürieren, die Struktur der Frucht darf noch zu erkennen sein.
2. Honig in einem kleinen Topf bei milder Hitze kurz erwärmen. Topf von der Kochstelle nehmen, Himbeeren und Chiasamen unterrühren.
3. Joghurt und Zucker in einer kleinen Schale verrühren und unter die Fruchtmasse ziehen und in Eiswürfelformen füllen und mindestens 6 Stunden einfrieren.
4. **Für den Schokomantel** die Kuvertüre mit einem großen Messer hacken. Etwa 2/3 der Kuvertüre in eine Edelstahlschüssel geben und über einem heißen Wasserbad unter Rühren schmelzend auf 40 Grad bringen.
5. Sobald die Temperatur erreicht ist, die Schüssel vom Wasserbad nehmen und die restliche Kuvertüre unterrühren und somit abkühlen. Wenn die Kuvertüre durchgängig geschmolzen ist, die Happen hiermit überziehen.
6. Die gefrorenen Happen portionsweise aus der Form lösen und nacheinander in die Kuvertüre tauchen. Mit Hilfe einer Pralinengabel herausheben und rundum mit Chiasamen bestreuen. Auf Backpapier kurz abtropfen lassen und bis zum Vernaschen wieder einfrieren.

Unser Tipp: Wer keine Eiswürfel-Form hat, kann die Fruchtmasse auch als Taler bzw. Häufchen auf ein mit Backpapier belegtes Backblech setzen und mindestens 6 Stunden einfrieren.