



Genießen

Lisa Rudiger

Donnerstag, 24.08.2023

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

Zutaten:

Für die Fruchtwürfel:

300 g Zwetschgen
1 EL flüssiger Honig
2 EL Hanfsamen
25 g Joghurt (stichfest)
1 EL Zucker (10g, optional)

Für den Schokomantel:

200 g Zartbitter Kuvertüre
Hanfsamen zum Bestreuen

Außerdem: Eiswürfelform oder Silikonform für Pralinen

Zubereitung:

1. **Für die Fruchtwürfel** die Zwetschgen waschen, abtropfen lassen und entsteinen. In einen Rührbecher geben und 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, Zwetschgen und Hanfsamen 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 Hanfsamen bestreuen. Auf Backpapier legen 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.