

Glaces concombre-citron à la menthe

Juillet



Ingrédients

**Ingrédients pour 6 portions
de 100ml :**

- 1 concombre (env. 400 g)
- 2 à 3 citrons (100 ml de jus)
- 12 feuilles de menthe
- 60 g de sucre glace (ou du miel, du sirop de riz ou du sirop d'érable)
- 6 moules à glace de 100 ml

Préparation

- Éplucher le concombre, couper les extrémités et le détailler en gros dés. Le mettre dans un récipient gradué avec 100 ml de jus de citron fraîchement pressé.
- Laver la menthe, la sécher délicatement, la hacher finement et l'ajouter avec le sucre glace.
- Mixer le tout jusqu'à obtenir une préparation lisse, puis la répartir dans les moules à glace. Faire congeler pendant au moins six heures. Démouler avant de déguster.

CONSEIL : La menthe peut être remplacée par du basilic ou du gingembre. Pour préparer un sorbet, verser la préparation mixée dans un récipient plat adapté à la congélation et la laisser prendre au congélateur pendant 4 à 6 heures. Pendant les 3 premières heures, remuer à la fourchette toutes les 30 à 60 minutes afin d'obtenir une texture légère et homogène.



Gurken-Zitronen-Eis mit Minze

Juli



Zutaten

Zutaten für 6 Portionen à 100 ml:

- 1 Gurke (ca. 400 g)
- 2-3 Zitronen (100 ml Saft)
- 12 Minzblätter
- 60 g Puderzucker (ersatzweise Honig, Reis- oder Ahornsirup)
- 6 Eis-am-Stiel-Formen à 100 ml

Zubereitung

- Die Gurke schälen, die Enden abschneiden und grob würfeln. Zusammen mit 100 ml frisch gepresstem Zitronensaft in einen Messbecher geben.
- Die Minze waschen, trocken tupfen, fein hacken und mit dem Puderzucker hinzufügen.
- Alles zu einer feinen Masse pürieren und in Eisformen füllen. Für mindestens sechs Stunden einfrieren. Danach aus den Formen lösen und genießen.

TIPP : Statt Minze können auch Basilikum oder Ingwer verwendet werden. Wer lieber ein Sorbet genießen möchte, füllt die pürierte Masse in eine flache Form und friert sie 4–6 Stunden ein. Dabei während der ersten 3 Stunden alle 30–60 Minuten mit einer Gabel durchrühren.



Glaces concombre-citron à la menthe

Juillet



Ingrédients

**Ingrédients pour 6 portions
de 100ml :**

- 1 concombre (env. 400 g)
- 2 à 3 citrons (100 ml de jus)
- 12 feuilles de menthe
- 60 g de sucre glace (ou du miel, du sirop de riz ou du sirop d'érable)
- 6 moules à glace de 100 ml

Préparation

- Éplucher le concombre, couper les extrémités et le détailler en gros dés. Le mettre dans un récipient gradué avec 100 ml de jus de citron fraîchement pressé.
- Laver la menthe, la sécher délicatement, la hacher finement et l'ajouter avec le sucre glace.
- Mixer le tout jusqu'à obtenir une préparation lisse, puis la répartir dans les moules à glace. Faire congeler pendant au moins six heures. Démouler avant de déguster.

CONSEIL : La menthe peut être remplacée par du basilic ou du gingembre. Pour préparer un sorbet, verser la préparation mixée dans un récipient plat adapté à la congélation et la laisser prendre au congélateur pendant 4 à 6 heures. Pendant les 3 premières heures, remuer à la fourchette toutes les 30 à 60 minutes afin d'obtenir une texture légère et homogène.



Gurken-Zitronen-Eis mit Minze

Juli



Zutaten

Zutaten für 6 Portionen à 100 ml:

- 1 Gurke (ca. 400 g)
- 2-3 Zitronen (100 ml Saft)
- 12 Minzblätter
- 60 g Puderzucker (ersatzweise Honig, Reis- oder Ahornsirup)
- 6 Eis-am-Stiel-Formen à 100 ml

Zubereitung

- Die Gurke schälen, die Enden abschneiden und grob würfeln. Zusammen mit 100 ml frisch gepresstem Zitronensaft in einen Messbecher geben.
- Die Minze waschen, trocken tupfen, fein hacken und mit dem Puderzucker hinzufügen.
- Alles zu einer feinen Masse pürieren und in Eisformen füllen. Für mindestens sechs Stunden einfrieren. Danach aus den Formen lösen und genießen.

TIPP : Statt Minze können auch Basilikum oder Ingwer verwendet werden. Wer lieber ein Sorbet genießen möchte, füllt die pürierte Masse in eine flache Form und friert sie 4–6 Stunden ein. Dabei während der ersten 3 Stunden alle 30–60 Minuten mit einer Gabel durchrühren.

