

# EIS & SORBETS

MONIKA SCHUSTER



**G|U**



# INHALT

6 VORWORT

8 **Rund ums Eis machen**

Bevor es losgeht: alles Wissenswerte zu Eismaschinen, Zutaten, Küchenhelfern und Küchentechniken hier im Überblick.

DIE REZEPTE

14 **Cremige Verführer**

Heiß geliebte Klassiker und aufregend neue Kombinationen auf der Basis von Sahne, Milch und Ei laden ein zum vergnüglichen Schleckern.

42 **Eisige Erfrischungen**

Leicht und fruchtig kommen Granité und Sorbet daher. Die eisigen Köstlichkeiten aus Frucht, Zuckersirup, Wein oder Sekt gelingen leicht und überraschen immer.

68 **Frostige Desserts**

Frischer Schwung auf dem Dessertteller. Neue fruchtig frostige und sahnig zarte Eisvariationen sorgen für Abwechslung beim Dessert.

84 **Zart schmelzende Parfaits**

Widerstand zwecklos! Sahnige Parfaits lassen wirklich jeden dahinschmelzen. Dabei sind sie ohne große Mühe und ohne Eismaschine zubereitet.

100 **Pfiffiges für besondere Tage**

Mit viel Liebe gemacht – Eiskreationen für besondere Stunden zeigen Gästen und Beschenkten wie vielseitig und fein Eis sein kann.

120 **Pikant Gefrostetes**

Eis mit frischen Zutaten aus dem Gemüsegarten. Zugegeben, ziemlich ungewöhnlich – aber ziemlich lecker!

132 **Die besten Saucen**

Sie sind die perfekten Begleiter zu Eis und Parfait und runden Desserts und geeiste Kuchen erst so richtig ab.

142 REGISTER

144 IMPRESSUM

# Eismaschinen – die Technik und worauf es ankommt

Bestimmte Eissorten, Cremeeis und Sorbets sollten mit einer Eismaschine zubereitet werden. Natürlich kann man auch rühren, immer wieder einfrieren, weiterrühren ... Allein, wer hat die Zeit, die Nerven und den trainierten Arm für eine solche Prozedur? Und trotz all dieser Arbeit wird das Ergebnis nie vergleichbar sein mit der sahnigcremigen Konsistenz, die erst die Eismaschine ermöglicht.

In der Eismaschine nämlich wird die jeweilige Eismasse in einem Behälter durch ständiges Rühren gefroren, d. h. die Masse gefriert am Rand des Behälters. Durch die permanente Rührbewegung werden die bereits gefrorenen Kristalle immer wieder ins Eis gerührt, zudem wird noch Luft untergezogen. So friert nach und nach die gesamte Masse mit Volumen. Und dennoch gibt es Unterschiede zur professionellen Eisherstellung. Der Profi-Eismacher hat entsprechend große Maschinen mit weitaus leistungsstärkeren Motoren sowie Rührwerken. Diese sind in der Lage, noch mehr Volumen unter das Eis zu heben, was sich wiederum auf die Feinheit und Cremigkeit des Eises auswirkt. Da Profi-Eismacher den gesetzlichen Hygienevorschriften unterliegen, haben sie auch bei den verwendeten Zutaten strenge Auflagen, was z. B. zur Verwendung von verpackten Fruchtpürees und Eipulver führt. Auch die Verwendung von Glukose (wie vorne bereits erwähnt), für einen Normalmenschen kaum erhältlich, macht sich im Profi-Eis bemerkbar hinsichtlich Konsistenz und Haltbarkeit.

## Unterschiedliche Modelle

Wer ein ausgewiesener Eisliebhaber ist, dem ist anzuraten, sich eine Maschine zuzulegen, zumal der Handel unterschiedliche Modelle in den verschiedensten Preiskategorien anbietet. Je nach Eismaschine frieren die verschiedenen Eissorten unterschiedlich lang. Zeiten zwischen 30 und 60 Minuten sind der entsprechenden Leistungsstärke

der Maschinen geschuldet. Deshalb sind in den Rezepten keine konkreten Zeiten angegeben. Beachten Sie die Bedienungsanleitung Ihrer Eismaschine.

## Die Zutaten machen's

Entscheidend für die Konsistenz sowie den Geschmack von hausgemachtem Eis sind die Zutaten. Klar, absolut frisch sollten sie alle sein. Aber was heißt das genau?

Verwendete Früchte müssen aromatisch und reif sein – aber auf keinen Fall beschädigt! Bedenken Sie immer: Dadurch, dass jegliche Art des Garens wegfällt, wird Ihr Eis genau nach dem schmecken, was die jeweiligen Früchte an Aromastoffen in sich tragen. Bei Cremeeis, bei dem Ei zum Einsatz kommt, achten Sie unbedingt auf erstklassige Qualität der Eier sowie auf die Frische von Sahne und Milch. Diese Produkte sind ein guter Nährboden für allerlei Mikroorganismen, die für den Menschen unter Umständen schädlich sein können. Achten Sie deshalb bei der Eiszubereitung neben der Frische der verwendeten Zutaten auch auf saubere Küchenutensilien und Hände. Durch ihren Fettgehalt sind Sahne und Milch ein hoher Geschmacksträger. Greifen Sie hier, z. B. bei der Milch, zu vollfetten Produkten. Damit schmeckt das Eis nicht nur besser, es wird auch cremiger. Eisliebhaber, die nicht nur im Sommer lustvoll schlecken möchten, können für winterliche Genüsse Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren oder Pflaumen auch portionsweise einfrieren.



## Aufbewahren und Servieren

Selbst gemachtes Eis, Sorbet und Parfait etc. kann man durchaus 4 bis 5 Tage im luftdicht verschlossenen Behälter im Gefrierfach aufbewahren. Spätestens dann sollten Sie es aber aufbrauchen und auf keinen Fall ein weiteres Mal einfrieren. Dennoch: Frisch gerührt und gefroren schmeckt Eis einfach am besten, daher nicht zu lange aufbewahren. Außerdem wird das Eis durch zu langes Frieren sehr hart und verliert seine typisch cremige Konsistenz.

Daher ist es auch ratsam, das Eis etwa 20 Minuten vor dem Servieren aus dem Gefrierfach zu nehmen. So kann es leicht antauen, wird wieder etwas cremiger und lässt sich somit auch besser portionieren.

## Schön angerichtet

Besonders hübsch lassen sich Eis, Sorbet oder Granité in vorgefrosten Gläsern oder Schälchen aus Glas, Keramik oder Porzellan anrichten. Darin schmilzt das Eis auch nicht ganz so schnell. Bei vielen Gästen oder Familienmitgliedern portionieren Sie das Eis gleich in die gewählten Behältnisse und stellen es dann nochmals ins Tiefkühlfach.

1 Eismaschinen sorgen für eine sahnigcremige Konsistenz bei Milchspeiseeis.

2 Frische, aromatische Zutaten sind die Grundvoraussetzung für leckeres Eis.

Rechnen Sie pro Person 2 bis 3 Kugeln Eis oder Sorbet, das entspricht einer Menge von 60 bis 100 Gramm.

Zum Dekorieren von Eis gehören natürlich Waffeln, Kekse oder Biskuits. Im Handel gibt es immer mehr tolle Dekoideen, wie etwa Eisschalen aus Schokolade, Blätterteig oder Mürbeteig. Verziern Sie mit fertigem Krokant, Zuckerstreuseln, Schokoladenspänen, Liebesperlen, kandierten Früchten oder Blumen.

Für Schleckermäuler darf frisch geschlagene Sahne auch nicht fehlen. Und frische Früchte wie Erdbeeren, Brombeeren, Himbeeren, Johannisbeeren, Mango, Melone oder Ananas sind ideale Begleiter zu selbst gemachtem Eis. So kann Obst hübsch aussehen und lecker schmecken: Frisch aufgeschnittene Früchte auf Holzspieße stecken und zu Eis oder Granité servieren – ideal, gerade an heißen Sommertagen.

# Karamelleis mit Sahnетoffeee

Sahniger Verführer

Für etwa 500 g Eis  
80 g Zucker  
400 g Sahne  
100 ml Milch (3,8 % Fett)  
4 Eigelbe (Größe M)  
5 weiche Sahnетoffeees  
(60 g Sahnekaramellen)

Zubereitung: 30 Min.

Frieren: 30–60 Min.

Pro Portion: ca. 525 kcal, 7 g EW  
40 g F, 35 g KH

**1** Den Zucker in einen Topf (20 cm Ø) streuen und bei schwacher Hitze in etwa 5 Min. hellbraun karamellisieren lassen (s. S. 13). Ein Drittel der Sahne zugießen und einkochen lassen. Die restliche Sahne und die Milch zugeben und 5–10 Min. köcheln, bis sich der Karamell vollständig gelöst hat. Dabei gelegentlich mit einem Kochlöffel umrühren.

**2** In einem zweiten Topf ein heißes Wasserbad vorbereiten (s. S. 13). Die Eigelbe in einem Schlagkessel mit dem Schneebesen glatt verrühren. Die heiße Karamellsahne zügig unter Rühren in die Eigelbmasse gießen. Die Schüssel auf das heiße Wasserbad setzen und mit einem Gummispatel zur Rose abziehen (s. S. 13).

**3** Die Karamellmasse in eine kalte Schüssel gießen. Die Schüssel auf ein kaltes Wasserbad setzen und die Masse kalt rühren. Die kalte Karamellmasse in die Eismaschine füllen und cremig fest frieren lassen.

**4** Inzwischen die Sahnетoffeees klein hacken. Die Würfelchen zuletzt unter das Karamelleis rühren. Das fertige Eis aus der Maschine schaben und sofort servieren oder in einem Gefrierbehälter tiefkühlen.



# Haselnuss-Krokant-Eis mit Zimt

Zum Knuspern

Für etwa 600 g Eis  
250 ml Milch (3,8 % Fett)  
250 g Sahne  
3 Eigelbe (Größe M)  
1 Ei (Größe M)  
60 g Zucker  
3 EL Haselnussmus  
(aus dem Bioladen)  
1 Msp. gemahlener Zimt  
30 g Haselnusskrokant  
(Fertigprodukt)

Zubereitung: 20 Min.

Frieren: 30–60 Min.

Pro Portion: ca. 480 kcal, 9 g EW  
37 g F, 28 g KH

**1** Milch und Sahne in einem kleinen Topf aufkochen lassen. In einem zweiten Topf ein heißes Wasserbad vorbereiten (s. S. 13).

**2** Die Eigelbe mit Ei, Zucker und Haselnussmus in einem Schlagkessel mit dem Schneebesen glatt verrühren. Die heiße Sahnemilch zügig unter Rühren in die Ei-Zucker-Mischung gießen. Die Schüssel auf das heiße Wasserbad setzen und mit einem Gummispatel zur Rose abziehen (s. S. 13). Den Zimt unterrühren.

**3** Die Nussmasse in eine kalte Schüssel gießen. Die Schüssel auf ein kaltes Wasserbad setzen und die Masse in 8–10 Min. kalt rühren.

**4** Die kalte Nussmasse in die Eismaschine füllen und cremig fest frieren lassen. Zuletzt den Haselnusskrokant unterrühren. Das fertige Eis aus der Maschine schaben und sofort servieren oder in einem Gefrierbehälter tiefkühlen.

**Tipp** Für feines Mandeleis tauschen Sie das Haselnussmus gegen Mandelmus. Auch das bekommen Sie im Bioladen oder Reformhaus.



# Crushed Campari Orange

Gefrosteter Klassiker

Für 500 g Granité (4 Personen)

80 g Zucker

100 ml Campari

200 ml halbtrockener Weißwein

3 EL Granatapfelsirup

(Fertigprodukt)

800 ml frisch gepresster

gekühlter Orangensaft

4 dünne Orangenscheiben

für die Deko

Außerdem:

flache Form (etwa 18 x 30 cm)

4 Longdrinkgläser

Zubereitung: 30 Min.

Frieren: 12 Std.

Pro Portion: ca. 260 kcal, 2 g EW

1 g F, 51 g KH

**1** Die Form und die Gläser ins Tiefkühlgerät stellen. Den Zucker mit 100 ml Wasser in einem kleinen Topf (18 cm Ø) aufkochen. Bei schwacher Hitze 2–3 Min. köcheln lassen, bis sich der Zucker gelöst hat. Den Sirup vom Herd nehmen und vollständig auskühlen lassen.

**2** Den Zuckersirup mit Campari, Weißwein und Granatapfelsirup verrühren. Die Mischung in die gefrostete Form gießen und ins Tiefkühlgerät stellen.

**3** Nach etwa 2 Std. mit einer Gabel oder einem Schneebesen durchrühren. Diesen Vorgang noch drei- bis viermal alle 30 Min. wiederholen. Sobald das Granité fester wird, nur noch mit der Gabel auflockern. Das fertige Granité mindestens 8 Std. oder über Nacht im Tiefkühlgerät durchfrieren lassen.

**4** Zum Servieren das Camparigranité mit einem Löffel etwas lösen und sofort in die gefrosteten Longdrinkgläser verteilen. Mit Orangensaft aufgießen. Mit je 1 Orangenscheibe dekorieren und mit Strohhalmen und langen Löffeln servieren.

**Tipp** Das Camparigranité ist perfekt für heiße Sommertage oder für Garten- oder Balkonpartys. Wollen Sie es als Aperitif servieren, verteilen Sie Granité und Orangensaft auf acht kleine Gläser.



# Himbeersorbet mit Champagner

Lässt sich gut vorbereiten

Für etwa 600 g Sorbet

½ Vanilleschote

100 g Zucker

500 g Himbeeren (frisch oder  
tiefgekühlt)

1 Spritzer Zitronensaft

100 ml Champagner (oder Sekt)

Zubereitung: 35 Min.

Frieren: 30–60 Min.

Pro Portion: ca. 160 kcal, 2 g EW

1 g F, 32 g KH

- 1 Die Vanilleschote mit einem kleinen scharfen Messer längs aufritzen und das Mark mit dem Messerrücken herauschaben.
- 2 Den Zucker mit 200 ml Wasser in einem kleinen Topf (20 cm Ø) aufkochen. Vanilleschote und -mark zugeben und bei schwacher Hitze 2–3 Min. köcheln lassen, bis sich der Zucker gelöst hat. Den Sirup vom Herd nehmen und vollständig auskühlen lassen.
- 3 Frische Himbeeren verlesen, tiefgekühlte Beeren auftauen lassen. Die Früchte in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab fein mixen. Das Fruchtpüree durch ein feines Sieb streichen. Mit Zitronensaft und Champagner und dem Zuckersirup gut verrühren.
- 4 Die Himbeermischung in die Eismaschine füllen und cremig fest frieren lassen. Das fertige Sorbet aus der Eismaschine schaben und sofort servieren oder in einem Gefrierbehälter tiefkühlen.

**Tipp** Garnieren Sie das Sorbet während der Beerensaison vor dem Servieren noch mit ein paar frischen Himbeeren. Auch dieses Sorbet können Sie mit einem Spritzbeutel mit großer Sterntülle zum Servieren in Gläser spritzen.





# Gefüllte Windbeutel mit Blaubeeren

Klein und fein

Für 12 Stück

12 Kugeln Vanilleeis (à 30 g)

120 ml Milch

30 g Butter

1 Prise Salz

70 g Mehl

2 Eier (Größe M)

Blaubeerragout zum Servieren

(s. S. 141)

Puderzucker zum Bestäuben

frisch geschlagene Sahne

(nach Wunsch)

**Außerdem:**

Backpapier

Spritzbeutel mit großer Sterntülle

Zubereitung: 30 Min.

Backen: 15 Min.

Pro Portion: ca. 185 kcal, 4 g EW

8 g F, 23 g KH

**1** Einen Teller mit Frischhaltefolie belegen. Die Eiskugeln daraufsetzen und bis zur Verwendung tiefkühlen.

**2** Den Backofen auf 180° (Umluft, Ober- und Unterhitze 200°) vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen.

**3** Die Milch mit Butter und Salz in einem Topf (24 cm Ø) aufkochen lassen. Das Mehl mit dem Kochlöffel vorsichtig einrühren. Weiterrühren, bis sich der Teig vom Topfrand löst, einen Kloß bildet und am Topfboden eine weiße Schicht entsteht.

**4** Den Teig in eine Rührschüssel umfüllen und etwas abkühlen lassen. Die Eier einzeln mit einem Handrührgerät unterrühren, bis der Teig geschmeidig ist und seidig glänzt.

**5** Den Teig in den Spritzbeutel füllen und zwölf gleich große Rosetten auf das Backblech spritzen. Im Backofen (Mitte) in etwa 15 Min. goldbraun backen. Die Windbeutel aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen.

**6** Zum Servieren die Windbeutel quer durchschneiden und die Böden portionsweise auf Teller legen. Jeweils etwas Ragout daraufgeben und je 1 Kugel Vanilleeis daraufsetzen. Die Deckel auflegen und die Windbeutel mit Puderzucker bestäuben. Die Windbeutel nach Wunsch noch mit frisch geschlagener Sahne servieren.

**Tipp** Stellen Sie eine kleine ofenfeste Schüssel mit Wasser in den Backofen. Durch den so entstehenden Wasserdampf gehen die Windbeutel besonders schön auf.

# Basilikumsorbet mit gerösteten Macadamianüssen

Grüne Kühle

Für etwa 300 g Sorbet

40 g Zucker

100 ml Weißwein

½ Bio-Limette

3 Eiweiße (Größe M)

1 Bund Basilikum (abgezupft 20 g)

30 g gesalzene Macadamianüsse

Zubereitung: 20 Min.

Kühlen: 1 Std.

Frieren: 30–60 Min.

Pro Portion: ca. 125 kcal, 4 g EW

5 g F, 11 g KH

**1** Den Zucker mit Weißwein und 100 ml Wasser und in einem kleinen Topf (20 cm Ø) mischen. Die Limette heiß abwaschen und trocknen. Mit dem Sparschäler ein 6–8 cm langes Stück Schale abziehen und zur Zuckermischung geben. Die Mischung aufkochen und bei schwacher Hitze 2–3 Min. köcheln lassen, bis sich der Zucker gelöst hat. Den Sirup vom Herd nehmen und vollständig auskühlen lassen. Die Limettenschale entfernen.

**2** Die Limettenhälfte gut auspressen. Die Eiweiße in einer sauberen Schüssel mit dem Handrührgerät zu cremigem, nicht zu festem Schnee schlagen. Die Eiweißmasse mit Zuckersirup und Limettensaft verrühren. Die Mischung 1 Std. ins Tiefkühlgerät stellen, bis sie eiskalt ist.

**3** Inzwischen das Basilikum waschen, trocken schütteln und abzupfen. Die Blätter in ein hohes Gefäß geben und kühl stellen. Die Eiweißmischung aus dem Tiefkühlgerät nehmen und zum Basilikum gießen. Alles mit dem Pürierstab möglichst schnell fein mixen. Die Basilikummischung in die Eismaschine füllen und cremig fest frieren lassen.

**4** In der Zwischenzeit die Macadamianüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett in etwa 3 Min. goldbraun rösten. Auf einem Teller abkühlen lassen.

**5** Das Basilikumsorbet aus der Eismaschine schaben und in gefrosten Gläsern oder Schälchen anrichten oder in einem Gefrierbehälter tiefkühlen. Mit den Nüssen bestreuen und sofort servieren.

**Tipp** Das Basilikumsorbet ist der Renner an heißen Sommertagen. Es schmeckt als Aperitif, als kühlender Zwischengang während eines Menüs oder auch danach. Servieren Sie es am besten frisch aus der Eismaschine.



# Mango- Aprikosen- Sauce

Exotisches Fruchtwunder

Für 4 Personen

½ reife Mango (150 g Fruchtfleisch)

4 reife Aprikosen (160 g)

40 g Zucker

100 ml frisch gepresster Orangensaft

Zubereitung: 25 Min.

Pro Portion: ca. 90 kcal, 1 g EW, 1 g F, 20 g KH

- 1 Die Mango schälen und das Fruchtfleisch in groben Würfeln vom Stein schneiden. Die Aprikosen waschen, halbieren, entkernen und in grobe Stücke schneiden.
- 2 Den Zucker in einen kleinen Topf (18 cm Ø) streuen und hellbraun karamellisieren lassen (s. S. 13). Mit Orangensaft ablöschen und bei schwacher Hitze 1 Min. köcheln lassen.
- 3 Die Mango- und Aprikosenstücke in den Karamellsud geben und bei mittlerer Hitze 2 Min. köcheln lassen. Die Früchte samt Sud in ein hohes Gefäß füllen und mit dem Pürierstab fein mixen. Die Sauce auskühlen lassen und z. B. zum Piña-colada-Eis (s. S. 81) oder zum Milchreis-Eis (s. S. 77) servieren.

# Erdbeersauce mit schwarzem Pfeffer

Heimischer Klassiker

Für 4 Personen

300 g Erdbeeren

2 EL Puderzucker

1 Spritzer Zitronensaft

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung: 10 Min.

Pro Portion: ca. 55 kcal, 1 g EW, 1 g F, 12 g KH

- 1 Die Erdbeeren behutsam waschen, trocken tupfen und entkelchen. Die Früchte je nach Größe halbieren oder vierteln.
- 2 Die Erdbeeren mit Puderzucker und Zitronensaft in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab fein mixen. Das Fruchtpüree durch ein feines Sieb streichen und mit schwarzem Pfeffer abschmecken. Die Erdbeersauce passt z. B. zur Eistorte (s. S. 106) oder auch zum Milchreis-Eis (s. S. 77).





**Sommerzeit – Eiszeit.** Schlecken, lecken, schmecken: cremig-schmelzendes Milchspeiseeis, kühl klirrende Granités, zarte Parfaits oder knisternde Sorbets.

Und als krönende Abrundung: Eistorten und anderes Backwerk, das den Hauptdarsteller Eis würdig inszeniert. Köstliche Saucen verfeinern die

Eiskreationen und runden das entsprechende Gefrorene lecker und bildschön ab. Ein Buch – nicht nur zur Sommersaison – das keine Wünsche hinsichtlich Genuss aus dem Gefrierfach offen lässt.



WG 455 Essen  
ISBN 978-3-8338-1441-9



9 783833 814419

[www.gu.de](http://www.gu.de)