



Gesamtzeit: 15 h

Portionen: 2 Personen

Nicecream

Nicecream

3 Bananen

300 g Wild Heidelbeeren, TK

4 Esslöffel Rinatura Chiasamen Bio

150 ml Sabita Kokosmilch

2 Esslöffel Liakada Griechischer Honig Wildblüte

1 Prise(n) Zimt

Nach Belieben Gojibeeren

Nicecream

1. Zuerst die Chiasamen in die Kokosmilch einrühren und die Mischung mit einer Prise Zimt verfeinern. In den Kühlschrank stellen und mindestens zwei bis drei Stunden so stehen lassen.

Am Besten die Mischung über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

Die Banane in Scheiben schneiden und so einfrieren. Am nächsten Tag geben Sie die gefrorenen Bananenscheiben, Honig und die Beeren in den Standmixer und solange

mixen bis eine cremige Konsistenz entsteht.

Anschließend rühren Sie die Milch mit den Chiasamen unter und streuen zum Schluss ein paar Gojibeeren über die fertige Nicecream.