

## Nice Cream - Bananeneis selber machen



### Zutaten für Nice Cream:

- **Zutaten für selbstgemachte Nice-Cream**
- sehr reife Bananen
- optional:
- Mandelmus
- Kokosmilch
- Sahne
- Erdnussbutter
- andere Früchte wie Erdbeeren oder Mango
- Kakao
- Schokonibs
- Joghurt
- Mandelmilch
- ...

**Arbeitszeit:**

ca. 10 Minuten

**Ruhezeit:**

6 Stunden im Gefrierfach

### So einfach bereitest du das Bananeneis zu:

1. Alles was du brauchst sind sehr reife (gern auch überreife) Bananen und etwas Milch, Sahne o.ä. Schäle die Bananen, schneide sie in dünne Scheiben und gib sie dann für mindestens 6 Stunden in die Kühltruhe.
2. Wenn du dann in Eislage bist, holst du die Bananen aus der Kühltruhe und füllst sie in eine Schüssel um.
3. Gib noch etwas Flüssigkeit deiner Wahl dazu, wobei du auf 2 Bananen etwa 1

Espressotasse rechnen solltest.

4. Püriere die Mischung nun mit einem kräftigen Pürierstab, bis sie eine Konsistenz erhält, die dir gefällt. Je länger du mixt, desto cremiger wird das Bananeneis.

## Nice Cream aus dem Thermomix

Gib einfach die Bananen und gewählte Flüssigkeit sowie weitere Zutaten nach Wahl in den Mixtopf und mixe sie 20-30 Sekunden auf Stufe 10 - fertig.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://www.familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

