



Matcha Nice Cream

Zutaten für 10 Kugeln

Für die Matcha Nice Cream

- 400 ml Sojadrink mit Vanille
- 160 ml Sojasahne
- 1 EL [Matcha](#) Teepulver
- 1 TL Vanillepulver, gehäuft
- 1 EL Yaconsirup
- ½ TL Kristallsalz
- 2 Physalis (Garnitur)

Ausserdem

- 1 Eiwürfelform mit 28 Einheiten à 20 ml (bei der Hälfte der Menge eine kleinere Form verwenden)
- Standmixer mit hoher Drehzahl

Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 10 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 1 Minuten
- Zieh-/Ruhezeit ca. 4 Stunden

Für die Matcha Nice Cream alle Zutaten von Sojadrink bis Matcha Pulver in einen hohen Messbecher geben und mit einem Stabmixer kräftig mixen, sodass eine homogene Masse entsteht; allerdings ohne Schaumbildung.

Die Eiwürfelform damit befüllen und mindestens 4 Std. in das Gefrierfach stellen; idealerweise am Tag zuvor zubereiten.

Nach der Gefrierzeit die Eiwürfelform aus dem Tiefkühler nehmen, die einzelnen Eiwürfel in einen leistungsstarken Mixer drücken und so lange mixen, bis eine cremige Konsistenz entstanden ist.

Sollte noch Bedarf an Flüssigkeit bestehen, kann etwas Sahne dazugegeben werden. Anschliessend nochmals kräftig durchmixen.

Vor dem Servieren der Matcha Nice Cream mit je einer Physalis oder mit Früchten deiner Wahl garnieren.

Unterstützen Sie unsere Arbeit – abonnieren Sie unser Foodscout-Magazin

Mit einem Abo [unseres veganen Rezepte-Magazins foodscout erhalten](#) Sie pro Jahr vier foodscout-Ausgaben – jeweils ein Heft im Frühjahr, Sommer, Herbst und im Winter. Jede Ausgabe ist auf 100 illustrierten Seiten prall gefüllt mit köstlichen veganen Rezepten. Gesunde Ernährung wird mit

foodscout zum Kinderspiel. Denn unsere besten Rezepte sind leicht nachzukochen, gelingen garantiert und sind somit auch für Anfänger geeignet.

Das Abo für *foodscout* können Sie hier bestellen:

- In Deutschland (19,80 Euro): www.presseplus.de
 - In Österreich (22 Euro): www.presseshop.at
 - In der Schweiz (24 CHF): www.presseshop.ch
-

Nährwerte pro Kugel

- Kalorien: 59 kcal
- Kohlenhydrate: 3 g
- Eiweiss: 2 g
- Fett: 4 g