

CHRISTINA RICHON

# Eis & Sorbets selbst gemacht

*Einfache Rezepte für Milcheis, Parfaits und Eis am Stiel*



G|U

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

# Impressum

© eBook: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH, München,  
2014

© Printausgabe: GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH,  
München, 2014

Alle Rechte vorbehalten. Weiterverbreitung und öffentliche  
Zugänglichmachung, auch auszugsweise, sowie die  
Verbreitung durch Film und Funk, Fernsehen und Internet,  
durch fotomechanische Wiedergabe, Tonträger und  
Datenverarbeitungssysteme jeder Art nur mit schriftlicher  
Zustimmung des Verlags.

Projektleitung: Monika Greiner

Lektorat: Katharina Lisson

Covergestaltung: independent Medien - Design, Horst Moser  
München

eBook-Herstellung: Nina Burian

 ISBN 978-3-8338-4086-9

1. Auflage 2014

Bildnachweis

Coverabbildung: Jana Liebenstein

Fotos: Jana Liebenstein

Syndication: [www.seasons.agency](http://www.seasons.agency)

GuU 8-40869 02\_2014\_02

Die GU-Homepage finden Sie im Internet unter [www.gu.de](http://www.gu.de)



[www.facebook.com/gu.verlag](https://www.facebook.com/gu.verlag)

GRÄFE  
UND  
UNZER

---

*Ein Unternehmen der*  
GANSKE VERLAGSGRUPPE



## LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir wollen Ihnen mit diesem E-Book Informationen und Anregungen geben, um Ihnen das Leben zu erleichtern oder Sie zu inspirieren, Neues auszuprobieren. Wir achten bei der Erstellung unserer E-Books auf Aktualität und stellen höchste Ansprüche an Inhalt und Gestaltung. Alle Anleitungen und Rezepte werden von unseren Autoren, jeweils Experten auf ihren Gebieten, gewissenhaft erstellt und von unseren Redakteuren/innen mit größter Sorgfalt ausgewählt und geprüft.  
Haben wir Ihre Erwartungen erfüllt? Sind Sie mit diesem E-Book und seinen Inhalten zufrieden?  
Haben Sie weitere Fragen zu diesem Thema?  
Wir freuen uns auf Ihre Rückmeldung, auf Lob, Kritik und Anregungen, damit wir für Sie immer besser werden können. Und wir freuen uns, wenn Sie diesen Titel weiterempfehlen, in Ihrem Freundeskreis oder bei Ihrem online-Kauf.

## KONTAKT

GRÄFE UND UNZER VERLAG  
Leserservice  
Postfach 86 03 13  
81630 München  
E-Mail: [leserservice@graefe-und-unzer.de](mailto:leserservice@graefe-und-unzer.de)

Telefon: 00800 / 72 37 33 33\*

Telefax: 00800 / 50 12 05 44\*

Mo-Do: 9.00 – 17.00 Uhr

Fr: 9.00 bis 16.00 Uhr (\* gebührenfrei in  
D, A, CH)



## Die kleine Eisschule

***Eis, Parfait, Sorbet oder Granité - eröffnen Sie Ihr kreatives Eislabor. Selbst gemachtes Eis schmeckt einfach am allerbesten!***

Frisch, voller Aromen und bester Zutaten und frei von Konservierungsstoffen: Das ist Eisgenuss pur! Dank moderner Eismaschinen ist es heute kinderleicht, köstliches Eis mit wenigen Handgriffen und in kurzer Zeit selbst herzustellen. Selbst gemachtes Eis ist

nicht nur köstlich, sondern auch ideal für alle, die von Lebensmittelunverträglichkeiten und Allergien geplagt werden. Eisfans können ihre Lieblingszutaten mixen und Zusatzstoffe sowie künstliche Aromen meiden. Selbst gemachtes Eis enthält keine Konservierungsstoffe, darum sollte es so bald wie möglich gegessen werden – kein Problem bei den tollen Rezepten! Im Tiefkühlfach hält es sich in einer gut verschlossenen Gefrierbox eine Woche. Angetautes Eis bitte nicht wieder tiefkühlen, sondern einfach aufessen.

Eis aus eigener Produktion ist günstig, denn die Basiszutaten sind nicht teuer und meist im Vorrat. Wer Eis selbst macht, kann nur die allerbesten und frischesten Zutaten verwenden. Und: Der Sortenvielfalt sind fast keine Grenzen gesetzt. Sie können experimentieren und immer wieder neue Kombinationen kreieren. So abwechslungsreich und auf Ihren Geschmack abgestimmt kann kein gekauftes Eis sein.

**Milch- und Cremeeis** wird vorwiegend aus Milch und ganz frischen Eiern bzw. Eigelben hergestellt. Natürliche Zutaten wie echte Vanille oder aromatische Fruchtpürees verleihen dem Eis seinen Geschmack.

**Sahneis** ist ein reichhaltiges, wunderbar cremiges, geschmacksintensives Eis, da der hohe Fettgehalt als Geschmacksträger fungiert. Es sollte mindestens 60 % Sahne enthalten.

**Parfait** ist ein gefrorenes Sahnedessert, das ohne Eismaschine gemacht werden kann. Geschlagene Sahne, Eigelb und/oder Eischnee sorgen für Cremigkeit und verhindern beim Gefrieren die Bildung von Eiskristallen. Parfait wird in kleinen Förmchen oder in einer großen Eisform tiefgekühlt und kurz vor dem Servieren gestürzt.

**Sorbet** wird aus Zucker, Fruchtsaft, Fruchtmark, Wasser, Wein oder anderem Alkohol hergestellt. Alkohol verleiht Sorbet eine cremigere Konsistenz, weil er den Gefrierpunkt senkt. Am besten nur so viel Sorbet herstellen, wie man am selben oder spätestens am nächsten Tag servieren will. Danach bilden sich Eiskristalle und mindern den Sorbet-Genuss.

**Granité** oder Granita wird ebenfalls aus Fruchtsaft, Kaffee oder Tee und Zuckersirup zubereitet. Dieses ziemlich grobkörnige Eis wird unter häufigem Rühren nach und nach tiefgefroren. Zum Servieren schabt man Granité mit einem stabilen Löffel ab.

**Frozen Yogurt** ist eine Zubereitung, die hauptsächlich aus Joghurt gemacht wird. Frozen Yogurt enthält meist weniger Fett als Cremeeis, dadurch ist er auch etwas kristalliner.

# Nützliche Helfer für die Eiszubereitung



## 1 | Schneebesen und Gummischaber

Zwei unverzichtbare Helfer für die hauseigene Gelateria. Ein solider Schneebesen schlägt die Eiermassen über dem Wasserbad schön Schaumig auf. Der Gummischaber holt jeden Rest aus dem Schlagkessel und das fertige Eis aus dem Behälter der Eismaschine.



## 2 | Pürierstab und Mixer

Diese zwei elektrischen Geräte mixen, pürieren und zerkleinern Fruchtmassen, Nüsse, Schokolade. Sie verleihen den Eismassen oder Fruchtpürees eine weiche Konsistenz und sorgen für cremiges Eis.



### 3 | Küchenthermometer

Hilfreich zum Überprüfen der Temperatur beim Aufschlagen der Eiermasse über dem heißen Wasserbad. Die perfekte Temperatur liegt bei 75 - 80°. Diese Temperatur sollte nicht überschritten werden, sonst wird Rührei daraus.



## 4 | Eismaschine

Für cremiges Eis brauchen Sie eine Eismaschine, da die Eismasse während des Gefrierens regelmäßig gerührt werden muss. Eismaschinen mit Kompressor besitzen ein integriertes Kühlaggregat und verarbeiten die Zutaten schnell zu wunderbar cremigem Eis. Allerdings haben sie auch ihren Preis. Günstiger und etwas weniger komfortabel sind Eismaschinen mit Kühlakkumulator. Hier muss das Kühllement vorher ca. 18 Std. in das Tiefkühlfach gelegt werden. Bei Verwendung dieser Maschine sollte die Eismasse vorab mindestens 12 Std. gekühlt

werden, wobei es generell ratsam ist, die Eismasse vor dem Einfüllen in die Eismaschine zu kühlen. Wenn es schnell gehen soll, die Eismasse 15 Min. in das Tiefkühlfach stellen, bevor sie in der Eismaschine zu Eis verwandelt wird. Je nach Maschine gefrieren die Eiszubereitungen in 30 bis 60 Minuten. Bitte lesen Sie die Gebrauchsanweisung.



## 5 | Rührschüssel

Eine hitzefeste Rührschüssel, am besten aus Edelstahl, ist ideal für ein heißes Wasserbad. Der spezielle Schlagkessel hat einen runden Boden, dadurch lassen sich die Eismassen mit dem Schneebesen besonders gut aufschlagen.



## 6 | Eisportionierer

Hier gibt es verschiedene Ausführungen, Größen, Materialien und Formen. Sie bringen das fertige Eis in die gewünschte Form. Damit das Abstechen gut gelingt, den Portionierer immer wieder in heißes Wasser tauchen.



## 7 | Gefrierboxen mit Deckel

Unverzichtbar für das Aufbewahren von Eis. Ideal ist eine Box mit ca. 1 l Inhalt. Der Deckel muss gut schließen, damit das Eis keine fremden Aromen annimmt. Für Rezepte, in denen Eis marmoriert wird, ist eine längliche Box praktisch.



## 8 | Eisformen und -förmchen

Für Parfaits, die in der Form gefroren werden. Für Eisdesserts eignet sich eine Kuchenform oder Eismännerform. Das frisch gefrorene Eis in die Form streichen und 1 Std. gefrieren. Die Form kurz in heißes Wasser tauchen und das Parfait stürzen. Für Eis am Stiel eignen sich Ice-Pops-Formen aus Kunststoff.



## Beste Zutaten für die hauseigene Gelateria

Mit ein bisschen Know-how zaubern Sie im Handumdrehen eisig-cremige Erfrischungen. Jedes Eis oder Sorbet wird aber nur so gut wie die verwendeten Zutaten. Bestes Aroma und höchste Qualität sind gefordert.

Selbst gemachtes Eis schmeckt frisch am allerbesten, es kann aber in einer gut verschlossenen Gefrierbox im Tiefkühlfach eine Weile aufgehoben werden. Hier

gilt: Eis aus rohen Zutaten etwa 1 Woche, Eis aus teilweise gekochten Zutaten etwa 2 Wochen. Sorbets bleiben geschmacklich 1 bis 2 Wochen gut, härten aber nach.

**Früchte** müssen aromatisch und perfekt gereift, aber nicht überreif sein, das beeinträchtigt den Geschmack. Beschädigte und faule Stellen großzügig herausschneiden.

**Milchprodukte** sollten ganz frisch und von höchster Qualität sein. Sahne ist ein exzenter Geschmacksträger und verfeinert die Struktur des Eises. Schmand, Mascarpone oder Sahnejoghurt intensivieren durch ihren Fettgehalt ebenfalls den Geschmack. Vollmilch- oder Naturjoghurt mit einem Fettgehalt von ca. 3,8 % ist für die Eisherstellung ideal. Eis aus fettarmem Joghurt wird etwas kristalliner und sollte am besten gleich gegessen werden.

**Eier** müssen absolut frisch sein. Sie festigen die Struktur der Eismasse, und vor allem Eigelb verfeinert den Geschmack durch seinen Fettgehalt. Eigelb fungiert zudem als Emulgator und verbindet Wasser und Fett - es ist somit für die cremige Konsistenz verantwortlich.

**Schokolade** bringt Geschmack und Aroma in Ihr Eis, außerdem enthält sie oft Pflanzenlezithin, was als Emulgator in der Eismasse wirkt.

**Alkohol** gibt Sorbet eine angenehme Konsistenz, weil er den Gefrierpunkt senkt. Außerdem kann er

interessante Geschmacksnoten ins Eis zaubern. Falls Kinder mitessen, den Alkohol durch Fruchtsirup, Saftkonzentrat oder Konfitüre ersetzen.

**Süßungsmittel** wie Honig, Sirup und besonders Invertzucker machen Eis und Sorbet cremiger als normaler Haushaltszucker. Es lohnt sich auf jeden Fall, Invertzucker auf Vorrat herzustellen. Sauber abgefüllt hält er so lange wie Honig. In allen Eisrezepten können Sie ein Drittel des Zuckers durch Invertzucker ersetzen, dann wird das Eis noch cremiger. Jedoch nicht mehr als ein Drittel, denn Invertzucker süßt stärker als üblicher Zucker.

**Invertzucker selbst gemacht** Für ca. 1,3 l Sirup 1 kg Zucker, 500 ml Wasser und 1 ½ TL Zitronen- oder Weinsteinsäure (Apotheke) in einen hohen (die Masse sprudelt stark!) Topf geben. Gut verrühren und auf 70 – 80° erhitzen. Die Temperatur am besten mit einem Küchenthermometer prüfen. Diese Temperatur bei schwacher Hitze ca. 1 ½ Std. konstant halten, dabei ab und zu umrühren. 1 ½ TL Natron hinzufügen (neutralisiert die Weinstein- oder Zitronensäure). Jetzt bildet sich Schaum, der nicht abgeschöpft werden muss. Den Invertzucker abkühlen lassen, in saubere Flaschen füllen und diese verschließen. Hält kühl gelagert jahrelang.