

5. Dein regionales Fruchtsorbet!

- Beeren für deine Laune auf Eis -

500 g Erdbeeren
125 ml Apfelsaft
50 g Puderzucker

**Im Sommer
auch lecker
mit Heidel-
beeren!**

SO GEHT'S:

1. Erdbeeren waschen, putzen
2. Apfelsaft und Puderzucker zufügen und das Ganze pürieren
3. Die Masse durch ein Sieb passieren
4. Die Fruchtmasse in einer flachen Schale für mindestens 3 Stunden ins Tiefkühlfach stellen
5. Zwischendurch kräftig mit einer Gabel umrühren
6. Fertig!



Nimm dies - statt das!

Das regionale Fruchtsorbet!

Die Temperaturen steigen und die Laune nach einem kühlen Eis ebenfalls. Das Eiscafé um die Ecke ist in dieser Zeit ein verlässlicher Partner. Jedes Jahr gibt es neue leckere Sorten zum Entdecken. Falls es dich nach mehr Regionalität beim Eis schlecken dürstet, dann probiere Eissorten mit regionalen Zutaten, wie Erdbeer- oder Heidelbeereis.

Diese Zutaten haben nicht ganz so einen weiten Weg hinter sich, wie Schokolade und Vanille. Ein Fruchtsorbet kannst du ebenfalls schnell und einfach zuhause machen.

Nimm dies - statt das!

Frisches Beerenobst für dein eigenes Fruchtsorbet.

TOTAL LOKAL - Die 100 % NRW-Ernährung

Die Kampagne zeigt dir Möglichkeiten auf, wie du mehr regionale Lebensmittel in deine tägliche Ernährung einbauen kannst. Mit etwas Kreativität und Wissen über Regionalität hat NRW viel Leckeres zu bieten, das nur entdeckt werden will.

Denn Regionalität macht Sinn! Durch kürzere Transportwege verbrauchen regionale Lebensmittel weniger Treibstoffe und du unterstützt mit deinem regionalen Einkauf lokale Landwirt:innen, die die regionalen Lebensmittel stets zum optimalen Zeitpunkt ernten. Außerdem unterstützt Regionalität besondere Lebensmittel, die bereits Kultstatus besitzen.

Hier gibt es mehr

TOTAL LOKAL: landservice.de

