

# DESSERT

## Brennnessel-Aprikosen-Sorbet

- 750g Aprikosen in Stücke schneiden
- Aprikosen mit 1.5 dl Wasser und 75g Zucker (oder alternativ 40g Honig, dann nimmt das Eis aber auch mehr Geschmack vom Honig an) in einer Pfanne unter gelegentlichem Rühren aufkochen
- Hitze reduzieren und ca 5 Minuten köcheln lassen
- Auskühlen lassen
- Dann in den Mixer geben und fein pürieren
- Zum Schluss 20g Brennnesselsamen anmörsern und daruntermischen
- Masse zugedeckt ca 4 Stunden gefrieren, dabei zwischendurch ca 3x durchrühren. Dann das Sorbet herausnehmen und mit dem Handrührgerät geschmeidig rühren, dann wieder einfrieren.

Am besten nimmst du das Sorbet vor Verzehr frühzeitig aus dem Kühlschrank, damit es nicht komplett durchgefroren ist, dann ist es cremiger.

