

# Kochen

## Pfirsich-Granita mit Minze

Was gibt es erfrischenderes als eine Granita?! Die Kombination von Pfirsich und Minze ist dabei unschlagbar.

### EIGENSCHAFTEN


-  **GLUTENFREI**
-  **LACTOSEFREI**
-  **VEGETARISCH**

### ZEITAUFWAND

VORBEREITUNGSZEIT	<b>20 MIN</b>
RUHEZEIT	<b>4 H</b>



## ZUTATEN

 FÜR 4 PERSONEN

**0.5 unbehandelte Zitrone**

**60 g Zucker**

**0.5 dl Wasser**

**0.25 Bund [Minze](#)**

**4 [Pfirsiche](#)**

**1 kleine Prise schwarzer Pfeffer aus der Mühle**

**Himbeere zum Garnieren**

## NÄHRWERT

**Pro Portion**

**1 g Eiweiss**

**0 g Fett**

**28 g Kohlenhydrate**

**123 g kKalorien**

## ZUBEREITUNG

- 1** Die gelbe Schale der Zitronenhälfte fein abreiben und den Saft auspressen.
- 2** In einer kleinen Pfanne den Zitronensaft, die Zitronenschale, den Zucker und das Wasser unter Rühren erwärmen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Abkühlen lassen.
- 3** Die Minze fein hacken. Die Pfirsiche waschen, halbieren und die Steine herauslösen. Die Pfirsiche grob würfeln und mit dem Stabmixer oder im Blender fein pürieren.
- 4** Die Pfirsiche mit der Minze, der Zuckerlösung und dem Pfeffer verrühren und in eine flache Form geben. Die Granita in den Tiefkühler stellen und etwa 4 Stunden gefrieren lassen, dabei gelegentlich durchrühren.
- 5** Zum Servieren mit einem Löffel die Granita in grobe Kristalle zerstoßen und in hohe Gläser füllen. Mit Himbeeren garnieren und sofort servieren.