



# Dalgona mit Erdbeeren oder anderen Früchten

**Zubereitungszeit:** 5 Minuten

**Rezept für:** 2 Portionen

## Zutaten:

40 g Zucker  
90 g Erdbeeren, tiefgekühlt oder  
andere TK-Früchte oder -Beeren  
100 g H-Milch, Fettgehalt:  
0,1%-1,5%, eiskalt (nach ca. 1 Stunde  
im Gefrierfach)

außerdem (später ins Glas):

2x 125 - 200 ml Milch (evtl. Eiswürfel)

## Zubereitung:

Zubereitung Fruchtschaum für Pürierstab, Handmixer oder Thermomix®

Die gefrorenen Beeren oder Früchte mit dem Zucker pürieren.

Das Zubehör zum Sahne schlagen auf das verwendete Gerät stecken (zum Beispiel Schlagscheibe oder Rühraufsatz (Thermomix)).

100 g eiskalte Milch zu den pürierten Beeren dazu geben und solange schlagen bis ein fester Schaum entsteht (Thermomix: 2 Minuten/Stufe 4).

Die Milch in 2-3 Gläser füllen, eventuell Eiswürfel dazu geben und den Dalgona Schaum oben drauf geben.

Sofort servieren.

Tipps, damit es sicher klappt:

Die Milch muss H-Milch mit geringem Fettanteil sein.

Außerdem muss sie eiskalt, am besten leicht angefroren sein (am besten 1 Stunde vorher ins Gefrierfach legen).

Zuckermenge kann geändert oder auch ganz weg gelassen werden.

**Quelle:**

<https://www.organisation-mit-sabine.de/fruchtige-alternative-dalgona-mit-erdbeeren/>