

- [1.: Impressum.](#) |
- [2.: Datenschutzerklärung.](#) |
- [3.: Kontakt.](#)

[www.Heimat-schmeckt.de](http://www.Heimat-schmeckt.de) / [Rezepte](#) / [Nachtisch](#)

# Holundersorbet

**in Zusammenarbeit mit der Ernährungsberatung RLP**

## Zutaten und Zubereitung

(für 4 Personen) 200 g Holunderbeeren 125 g Zucker 150 ml Wasser 80 ml Weißwein 3 Nelken  
2 EL Zitronensaft

Holunderbeeren waschen, abzapfen, mit einem Drittel des Zuckers in eine Schüssel geben und vermischen. Die Masse rund 60 Minuten ziehen lassen. Den restlichen Zucker mit Wasser in einen Topf geben und 5 Minuten kochen lassen, bis der Zucker vollständig aufgelöst ist. Weißwein und Nelken dazugeben und alles aufkochen. Die Nelken entfernen, die Holunderbeeren in die Flüssigkeit geben und 7 Minuten köcheln lassen. Anschließend alles mit einem Mixer pürieren, mit Zitronensaft abschmecken und erkalten lassen. Die Masse in eine Eismaschine geben oder im Tiefkühlfach unter häufigem Umrühren gefrieren lassen. Das Sorbet zum Servieren in Glasschalen geben.

## Unser Tipp:

Sahne oder Vanillesoße dazu reichen. Weißwein kann durch Apfel- oder Traubensaft ersetzt werden.

---