

Himbeersoße

Dieses **Rezept für eine Himbeersoße** ist in der Zubereitung einfach und schnell und ergibt eine fruchtige Himbeersoße ohne künstliche Zusatzstoffe.

Zutaten: für 4 Personen

300 g Himbeeren frisch
oder tiefgekühlt
5 EL Wasser
5 EL Zucker (75g)
1 EL Zitronensaft
1 Päckchen Vanillezucker (8g)
3 – 4 EL Himbeergeist



Zubereitung:

Für die Zubereitung kann man frische, oder auch tiefgekühlte **Himbeeren** verwenden.
Himbeeren in einen kleinen Topf geben.

Wasser, Zitronensaft, Zucker und Vanillezucker unterrühren.
Die Himbeeren einmal aufkochen lassen, danach vor allem bei tiefgekühlten Himbeeren diese noch langsam 1 - 2 Minuten weiter kochen. Anschließend die Fruchtmasse durch ein feinmaschiges Sieb in eine darunter stehende kleine Schüssel durchpassieren.
Die Himbeersosse erkalten lassen, dabei mehrmals umrühren, damit sich keine Haut bildet.

Vor dem Servieren, wenn keine Kinder mitessen, 3 – 4 EL **Himbeergeist** unter die Fruchtsoße rühren.
Diese Himbeersoße schmeckt besonders gut zusammen mit Vanille- oder einer anderen bevorzugten Eissorte, zu gestürzten [Vanillepudding](#), > [Grießflammerie](#),
oder kleinen Quarktörtchen, sowie zu [süßen Pfannkuchen](#) und ganz klassisch zum festlichen Dessert [Pfirsich Melba](#).

Kalorienangaben

Eine Portion Himbeersoße hat ca. 90 kcal und ca. 0,2 g Fett

