



# Σορμπέ πεπόνι

10'

Χρόνος  
Εκτέλεσης

4 ώρες'

Χρόνος  
Αναμονής

5'

Χρόνος  
Ψησίματος

8

Μερίδες

1

Βαθμός  
Δυσκολίας



## Μέθοδος Εκτέλεσης

- Καθαρίζουμε και **κόβουμε** το πεπόνι σε μικρά κομμάτια.
- Τοποθετούμε τα κομμάτια από το πεπόνι σε ένα σκεύος και τα αποθηκεύουμε στην κατάψυξη για 1-2 ώρες μέχρι να παγώσει τελείως το πεπόνι.
- Καθώς έχουμε βάλει το πεπόνι στην κατάψυξη, φτιάχνουμε ένα σιρόπι βάζοντας σε ένα **κατσαρολάκι** το νερό, τη ζάχαρη και το λεμόνι.
- Περιμένουμε να πάρει βράση και ανακατεύουμε με μια ξύλινη **κουτάλα** να λιώσει η ζάχαρη. Το αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει.
- Αφού έχουν παγώσει τα κομμάτια από το πεπόνι τα ενσωματώνουμε με το σιρόπι που φτιάξαμε σε ένα μπλέντερ ή μία παγωτομηχανή.
- Τα χτυπάμε μέχρι να έχουμε ένα λείο και κρεμώδες αποτέλεσμα και παγώνουμε στην κατάψυξη για 1-2 ώρες.
- Για να σερβίρουμε χρειάζεται να μείνει το σορμπέ για 5 λεπτά σε θερμοκρασία δωματίου.
- Διακοσμούμε με πεπόνι κομμένο σε μικρά κυβάκια.

## Συστατικά

- 1 πεπόνι
- 120 γρ. νερό
- 200 γρ. ζάχαρη κρυσταλλική
- χυμό λεμονιού, από 1 μικρό λεμόνι

Για το σερβίρισμα

- πεπόνι, σε κομμάτια

## Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά μερίδα

123 Θερμίδες (kcal)	0.0 Λιπαρά (γρ.)	0.0 Κορ.Λίπη (γρ.)	29.0 Υδατ/κες (γρ.)
6%	0%	0%	11%
29.0 Σάκχαρα (γρ.)	0.0 Πρωτεΐνη (γρ.)	1.0 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.04 Αλάτι (γρ.)
32%	0%	4%	1%