

DAS GROSSE REZEPTBUCH

Ninja CREAMi

REZEPTBUCH

100 cremige Eis-Rezepte

EDITION LUNA FEDER

DAS GROSSE REZEPTBUCH

Ninja CREAMi

REZEPTBUCH

100 cremige Eis-Rezepte

FÜR NINJA® CREAMi & CREAMi DELUXE

KLASSIKER · PROTEIN · SORBET · VEGAN · ZUCKERFREI

LUNA FEDER

Das große Ninja CREAMi Rezeptbuch

100 cremige Eis-Rezepte für die Ninja CREAMi & CREAMi Deluxe

1. Auflage 2026

© 2026 Edition Luna Feder

Alle Rechte vorbehalten.

Printed in Germany

ISBN: wird bei Veröffentlichung vergeben

WICHTIGER HINWEIS – UNABHÄNGIGES WERK

Dieses Buch ist ein unabhängiges, inoffizielles Rezeptbuch und steht in keiner Verbindung zu SharkNinja Operating LLC. „Ninja“ und „CREAMi“ sind eingetragene Marken ihrer jeweiligen Inhaber und werden ausschließlich zur Beschreibung der Gerätekompatibilität verwendet. Nährwerte sind Richtwerte.

WILLKOMMEN

*Eisdielen-Cremigkeit –
direkt aus deiner CREAMi.
Du bestimmst, was hineinkommt:
mehr Protein, weniger Zucker
oder einfach pure Lust.*

CREMIG · EINFACH · SELBST GEMACHT

FÜR WELCHE GERÄTE?

Damit du genau das Richtige holst

Dieses Rezeptbuch ist für die Ninja® CREAMi und die Ninja® CREAMi Deluxe gemacht – sowie für baugleiche Eismaschinen mit Becher-System (Pint) und „Spin“-Funktion.

Das Prinzip ist bei allen gleich: Base in den Becher füllen, 24 Stunden einfrieren – das Gerät verwandelt die gefrorene Masse per „Spin“ in cremiges Eis.

DIE PROGRAMME IM ÜBERBLICK

- **Eiscreme** – cremiges Milch-Eis (Klassiker)
- **Lite** – leichtere, zuckerärmere & Protein-Basen
- **Sorbet** – Fruchteis ganz ohne Milch
- **Protein** – nur CREAMi Deluxe – sonst „Lite“ nutzen
- **Milchshake** – dicke, trinkbare Shakes
- **Mix-In** – Schoko, Kekse & Nüsse einarbeiten
- **Re-Spin** – noch einmal cremig nachrühren

Programmnamen und -anzahl variieren je nach Modell. Im Zweifel „Eiscreme“ bzw. „Lite“ wählen und bei krümeligem Ergebnis „Re-Spin“ starten. Den Becher nie über die MAX-Linie füllen.

SO GELINGT CREMIGES EIS

In 4 Schritten – plus die wichtigsten Profi-Tipps

1

Base anrühren

Alle Zutaten glatt verrühren oder pürieren. Frischkäse, etwas Fett oder Stärke machen das Eis cremiger.

2

24 Stunden einfrieren

Den Becher nur bis zur MAX-Linie füllen und waagrecht mindestens 24 Std. bei -18 °C durchfrieren.

3

Spinnen

Becher einsetzen und das passende Programm wählen (Eiscreme / Lite / Sorbet / Milchshake).

4

Re-Spin & Mix-In

Ist die Masse krümelig: 1–2 EL Milch zugeben und „Re-Spin“. Stückiges erst danach per „Mix-In“ einarbeiten.

PROFI-TIPPS FÜR CREMIGES EIS

- Zu hart? Vor dem Servieren 5–10 Min. antauen lassen, dann kurz nachspinnen.
- Protein- & zuckerfreies Eis wird härter – immer mit „Re-Spin“ und einem Schuss Milch arbeiten.
- Becher nie über die MAX-Linie füllen, sonst läuft er beim Spinnen über.
- Mehr Fett (Sahne, Frischkäse, Kokosmilch) oder etwas Zucker = cremiger & löffelart.
- Mix-Ins (Kekse, Nüsse, Schoko) erst nach dem Spin zugeben – so bleiben sie knusprig.

INHALT

01 CREMIGE KLASSIKER

01	Klassisches Vanilleeis	KLASSIKER
02	Schokoladeneis	KLASSIKER
03	Erdbeereis	KLASSIKER
04	Stracciatella	KLASSIKER
05	Cookies & Cream	KLASSIKER
06	Salted-Caramel-Eis	KLASSIKER
07	Espresso-Eis	KLASSIKER
08	Mint-Chocolate-Chip	KLASSIKER
09	Haselnusseis	KLASSIKER
10	Cremiges Bananeneis	KLASSIKER
11	Pistazieneis	KLASSIKER
12	Amarena-Kirsch-Eis	KLASSIKER
13	Kokoseis	KLASSIKER
14	Karamell-Eis	KLASSIKER
15	Walnuss-Ahorn-Eis	KLASSIKER
16	Marzipan-Mandel-Eis	KLASSIKER

02 PROTEIN-EIS

17	Protein-Vanilleeis	PROTEIN
18	Protein-Schokoeis	PROTEIN
19	Erdnussbutter-Protein-Eis	PROTEIN
20	Protein-Cookies-&-Cream	PROTEIN
21	Schoko-Bananen-Protein-Eis	PROTEIN
22	Erdbeer-Skyr-Protein-Eis	PROTEIN
23	Protein-Karamell-Eis	PROTEIN
24	Proffee-Eis (Kaffee-Protein)	PROTEIN
25	Heidelbeer-Quark-Protein-Eis	PROTEIN
26	Snickers-Style-Protein-Eis	PROTEIN
27	Vanille-Skyr-Eis mit Beeren	PROTEIN

INHALT

28	Protein-Stracciatella	PROTEIN
29	Kokos-Protein-Eis	PROTEIN
30	Zimt-Apfel-Protein-Eis	PROTEIN
31	Pistazien-Protein-Eis	PROTEIN
32	Schoko-Kirsch-Protein-Eis	PROTEIN

03 FRUCHTIGE SORBETS

33	Erdbeer-Sorbet	SORBET
34	Mango-Sorbet	SORBET
35	Himbeer-Sorbet	SORBET
36	Zitronen-Sorbet	SORBET
37	Wassermelonen-Sorbet	SORBET
38	Maracuja-Sorbet	SORBET
39	Pfirsich-Sorbet	SORBET
40	Blaubeer-Limetten-Sorbet	SORBET
41	Ananas-Kokos-Sorbet	SORBET
42	Kirsch-Sorbet	SORBET
43	Orangen-Sorbet	SORBET
44	Beeren-Mix-Sorbet	SORBET

04 FROZEN YOGURT

45	Erdbeer-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT
46	Heidelbeer-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT
47	Mango-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT
48	Vanille-Honig-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT
49	Himbeer-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT
50	Pfirsich-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT
51	Zitronen-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT
52	Kirsch-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT
53	Schoko-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT
54	Beeren-Granola-Frozen-Yogurt	FROZEN YOGURT

INHALT

05 VEGAN & PFLANZLICH

55	Veganes Vanilleeis	VEGAN
56	Veganes Schokoladeneis	VEGAN
57	Erdnussbutter-Bananen-Eis (vegan)	VEGAN
58	Veganes Erdbeereis	VEGAN
59	Kokos-Schoko-Eis (vegan)	VEGAN
60	Cashew-Vanille-Eis	VEGAN
61	Veganes Karamell-Dattel-Eis	VEGAN
62	Matcha-Kokos-Eis (vegan)	VEGAN
63	Schoko-Haselnuss-Eis (vegan)	VEGAN
64	Mango-Kokos-Eis (vegan)	VEGAN
65	Veganes Cookies & Cream	VEGAN
66	Veganes Pistazieneis	VEGAN

06 ZUCKERFREI & LEICHT

67	Zuckerfreies Vanilleeis	ZUCKERFREI
68	Zuckerfreies Schokoeis	ZUCKERFREI
69	Keto-Schokoladeneis	ZUCKERFREI
70	Zuckerfreies Erdbeereis	ZUCKERFREI
71	Zuckerfreies Zimt-Eis	ZUCKERFREI
72	Zuckerfreies Karamell-Eis	ZUCKERFREI
73	Low-Carb-Erdnussbutter-Eis	ZUCKERFREI
74	Zuckerfreies Kaffee-Eis	ZUCKERFREI
75	Keto-Kokoseis	ZUCKERFREI
76	Zuckerfreies Heidelbeer-Eis	ZUCKERFREI
77	Zuckerfreies Mint-Chocolate-Chip	ZUCKERFREI
78	Zuckerfreies Haselnuss-Eis	ZUCKERFREI

07 MILCHSHAKES & FROZEN DRINKS

79	Klassischer Vanille-Milchshake	SHAKE
80	Schoko-Milchshake	SHAKE

INHALT

81	Erdbeer-Milchshake	SHAKE
82	Cookies-&-Cream-Shake	SHAKE
83	Bananen-Erdnuss-Shake	SHAKE
84	Protein-Schoko-Shake	SHAKE
85	Karamell-Shake	SHAKE
86	Kaffee-Frappé-Shake	SHAKE
87	Beeren-Joghurt-Shake	SHAKE
88	Schoko-Minze-Shake	SHAKE

08 GOURMET & BESONDERES

89	Cheesecake-Eis	GOURMET
90	Cookie-Dough-Eis	GOURMET
91	Tiramisu-Eis	GOURMET
92	Salted-Caramel-Brownie-Eis	GOURMET
93	Rocky-Road-Eis	GOURMET
94	Matcha-Weiße-Schokolade-Eis	GOURMET
95	Spekulatius-Eis	GOURMET
96	Lemon-Cheesecake-Eis	GOURMET
97	Dulce-de-Leche-Eis	GOURMET
98	Apple-Pie-Eis	GOURMET
99	Schoko-Orange-Eis	GOURMET
100	Karamell-Popcorn-Eis	GOURMET

KAPITEL 01

Cremige Klassiker

Die Lieblingssorten – cremig wie aus der Eisdiele

1

16 REZEPTE



Klassisches Vanilleeis

KLASSIKER

250

KCAL

5

G EIW EISS

3

PORTIONEN

10

MIN AKTIV

Kohlenhydrate 25 g · davon Zucker 24 g · Fett 15 g · Gefrierzeit 24 Std.

ZUTATEN

- 240 ml Vollmilch
- 120 ml Sahne
- 70 g Zucker
- 2 EL Frischkäse
- 1 TL Vanilleextrakt (oder Mark 1 Vanilleschote)
- 1 Prise Salz

ZUBEREITUNG

- 1 Frischkäse, Zucker und Salz in einer Schüssel glattrühren – der Frischkäse macht das Eis besonders cremig und verhindert Eiskristalle.
- 2 Milch, Sahne und Vanille zugeben und alles gründlich verrühren, bis sich der Zucker gelöst hat.
- 3 Die Masse in den Becher deiner Eismaschine bis zur MAX-Linie füllen, Deckel aufsetzen.
- 4 Den Becher waagrecht mindestens 24 Stunden bei -18 °C einfrieren.
- 5 Becher einsetzen und das Programm „Eiscreme“ durchlaufen lassen.
- 6 Wirkt die Masse danach krümelig oder pulvrig: 1 EL Milch zugeben und „Re-Spin“ starten, bis das Eis glatt und cremig ist.

VARIATION Für Vanille-Karamell vor dem Servieren etwas Karamellsauce einwirbeln.

PROFI-TIPP Die 24 Stunden Gefrierzeit sind Pflicht – nur dann wird das Eis beim Spin gleichmäßig cremig. Friere den Becher immer auf einer geraden Fläche ein.