

Rezept

10 Minuten Mangocreme

Ein Rezept von 10 Minuten Mangocreme, am 25.04.2024

Zutaten

- | | |
|--|---|
| 1 richtig reife Mango (das ist wichtig, weil sie sich sonst nicht gut pürieren lässt) | 200 ml Kokosmilch |
| 1 EL Limettensaft | 50 g Zucker
etwas gemahlener Kardamom |

Rezeptinfos

Portionsgröße Reicht für 4: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

Zubereitung

1. Die Mango schälen und das Fruchtfleisch vom Stein abschneiden. Mangofleisch mit Kokosmilch und Zucker fein pürieren.

2. Das Püree mit Limettensaft abschmecken, in Schälchen füllen und 1 Stunde oder auch länger kühl stellen. Dann ganz fein mit Kardamom überstäuben. Fertig!