

Rezept

Mango-Lassi

Ein Rezept von Mango-Lassi, am 09.09.2024

Zutaten

1 reife Mango	400 g Joghurt (3,5 % Fett)
70 g saure Sahne (10 % Fett)	1 EL Zitronensaft
1 TL Honig	100 ml eiskaltes Mineralwasser
4 Eiswürfel	

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 GLÄSER | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 222 kcal

Zubereitung

1. Die Mango schälen. Das Fruchtfleisch vom Kern lösen und in kleine Stücke schneiden.

2. Mit dem Pürierstab die Mangostückchen, Joghurt, saure Sahne, Zitronensaft, Honig und Mineralwasser fein pürieren.

3. Das Mango-Lassi in große Gläser gießen. Eiswürfel in den Drink geben.