

Rezept

Mangocreme mit gemischten Nüssen

Ein Rezept von Mangocreme mit gemischten Nüssen, am 18.06.2026

Zutaten

1 reife Mango (etwa 500 g)	1 Stück frischer Ingwer (etwa ½ cm)
150 ml Kokosmilch (aus der Dose)	4 EL Zucker
4 EL Limettensaft	4 EL gemischte Nüsse (z. B. Mandeln, Pistazien und Pinienkerne)
1 EL Butter	1 EL Zucker

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal

Zubereitung

1. Die Mango schälen und das Fruchtfleisch in Schnitzen vom Stein schneiden. Den Ingwer schälen und hacken. Mango mit Ingwer, Kokosmilch, Zucker und Limettensaft fein pürieren und in Dessertschälchen verteilen.

2. Die Nüsse mit einem großen schweren Messer grob hacken. Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Nüsse mit dem Zucker hineingeben und unter Rühren rösten, bis der Zucker schmilzt und die Nüsse leicht braun sind. Die karamellisierten Nüsse auf der Mangocreme verteilen.