



Mango-Joghurt-Creme (Dessert)

Zutaten (Für 4 Personen)

1 reife Mango
3 El Limettensaft
3 El Zucker
300 g griechischer Sahnejoghurt
1 Msp. gemahlener Kardamom
2 El Zucker

Zubereitung

1 reife Mango (am besten Flugmango) schälen. Das Fruchtfleisch vom Stein schneiden und grob würfeln. Mangofleisch, 3 El Limettensaft und 3 El Zucker fein pürieren.

300 g griechischen Sahnejoghurt, 1 Msp. gemahlene Kardamom und 2 El Zucker verrühren, mit der Hälfte des Mangopürees mischen. Mit restlichem Mangopüree in mehreren Schichten in 4 Gläser (à ca. 300 ml Inhalt) geben und bis zum Servieren kalt stellen.