

Mango-Joghurt-Creme



Das brauchst du:

500 ml griechischen Joghurt
1 Mango
1 Limette
½ Teelöffel gemahlene Kardamom
1 Esslöffel Zucker
etwas Honig
gehackte Pistazien
3 Blatt Gelatine

So machst du's richtig:

- 1.) Schäle die Mango und schneide sie in Würfelchen.
- 2.) Nimm etwa 1/3 der Mangowürfelchen weg und lege sie beiseite.
- 3.) Püriere die anderen 2/3 der Mango mit einem Pürierstab.
- 4.) Reibe die Schale der Limette hinein und drücke den Limettensaft aus und gib ihn ebenfalls hinein.
- 5.) Gib den Kardamom, den Zucker und den Honig dazu und püriere nochmals.
- 6.) Gib den Joghurt dazu und rühre nochmals durch.
- 7.) Weiche die Gelatine in kaltem Wasser etwa 2 Minuten ein.
- 8.) Drücke sie aus und erhitze sie in einem Topf (NICHT KOCHEN LASSEN!).
- 9.) Gib etwas von der Mangocreme in die Gelatinemasse und rühre durch.
- 10.) Gib nun diese Gelatinemasse zurück in die Mangocreme und rühre durch.
- 11.) Fülle die gesamte Masse in Dessert-Schälchen und lass das Ganze im Kühlschrank etwa eine halbe Stunde stocken.
- 12.) Gib nun die anderen Mango-Stückchen auf das Dessert und garniere mit Pistazien und eventuell etwas Abrieb einer weiteren Limette.