

3) Selbstgemachtes Mango-Eis

Zutaten:

(für 4 Portionen)

600 g TK-Mango

200 g Frischkäse, fettreduziert (z.B. *Viertelfettstufe*)

nach Belieben etwas Kokosnussraspeln (geröstet)

nach Belieben etwas Minze

Zubereitung:

Die tiefgefrorenen Mango-Stücke etwas antauen lassen.

Währenddessen etwas Kokosraspeln in der Pfanne anrösten

Dann Mango-Stücke und Frischkäse in den Mixer geben und so lange mischen, bis eine glatte Konsistenz erreicht ist.

Wer gerne noch ein paar Mango-Stücke im Eis haben möchte mixt demnach etwas kürzer.

Das Mango-Eis mit einem Eisportionierer zu Kugeln formen und in Dessert-Schüsseln geben.

Zum Abschluss die gerösteten Kokosnussraspeln über das Mango-Eis streuen.

Nach Belieben mit ein paar Minzblättchen dekorieren.

Tipp:

Eine leckere Variation dessen lässt sich auch mit gefrorenen Himbeeren kreieren!