



Zutaten für 2 Personen:

1 frische pürierte Mango

1 EL Zitronensaft

Naturjoghurt und Milch zu gleichen Teilen mischen und cremig mixen

evtl. 1 TL Zucker

So geht´s

Mangos pürieren, mit Zitrone abschmecken, mit Joghurt und Milch mischen und frisch servieren.

Variante als Dessert:

Statt Milch geschlagene Sahne unter das Püree heben, mit Vanille abschmecken.