

MANGO-TOPFEN-CREME

Zutaten für 3 Gläser:

Zeitaufwand: ca. 20 min

250 g Magertopfen
150 g Naturjoghurt
100 ml Sahne
3 EL Vanillezucker oder Feinkristallzucker
Etwas Vanilleextrakt
Saft 1/2 Zitrone
1 Mango
1 EL Cointreau
optional 3-4 TL Mango-Frucht-Pulver

1. Die Sahne steif schlagen. Den Magertopfen, das Naturjoghurt, den Zucker, etwas Vanilleextrakt und den Zitronensaft dazugeben und alles kurz unterrühren. Optional kannst du noch etwas Mango-Frucht-Pulver untermischen, falls du eines zu Hause hast.
2. Die Mango schälen, entsteinen, in kleine Stücke schneiden und in ein hohes Gefäß geben. Je nach Süße der Mango brauchst du keinen Zucker mehr, wenn die Mango nicht ganz so süß ist, nach belieben süßen. Einen Esslöffel Cointreau dazugeben und die Mango mit einem Pürierstab fein pürieren.
3. Die Topfencreme auf drei Gläser aufteilen und das Mangopüree als Topping darauf verteilen. Am Besten kühl genießen.

friedarosa's Tipp:

Die Mango-Topfen-Creme hält dir gut verschlossen bis zu einer Woche im Kühlschrank.

Viel Sonne beim Zubereiten und gutes Gelingen!

Deine friedarosa