

Partnerschaft Dritte Welt e.V.
Welt-Laden
Lucengasse 4
97437 Haßfurt
Tel. 09521/1228



MANGO Rezepte

Mango – Joghurt

250 g fetthaltigen Joghurt (alternativ: Schmand mit Quark mischen)
150 g Mangosirup

Zutaten mischen. Nach Belieben frisches Obst z.B. Banane, Pfirsich, Apfel unterrühren

Mango – Müsli

Getrocknetes Obst wie Mangos, Banane, Datteln klein schneiden und mit Müsli Mischungen mischen. Ein Fruchtsoße aus halb Orangensaft und halb Mangosirup herstellen und darüber gießen.

Hochzeitskuchen

Für den Teig

4	Eier
1 Tasse	Öl
1 Tasse	Zucker
4	Vanillepudding
½ P	Backpulver

Alles vermischen und auf ein Backblech geben. 15 – 25 Min bei 175 °C backen. Abkühlen lassen

Für den Belag

2 D	Pfirsiche
3 Becher	Sahne
3 P	Sahnesteif
3 P	Vanillesoße ohne kochen
2/8 l	Mangosirup
1/8 l	Orangen- oder Maracujasaft

Pfirsiche schnipseln. Sahne mit Sahnesteif schlagen. Auf den Teig geben. Vanillesoße mit dem Mangosirup und Saft anrühren und auf den Sahne-, Pfirsichbelag streichen.

Mangosirup eignet sich für alle Nachspeisen wie z.B. übers Eis oder Cremes.

Mit Saft verdünnt kann man es gut trinken oder für Cocktails benutzen

Die angebrochene Flasche hält sich im Kühlschrank mind. 14 Tage