

Mango-Quark-Mousse

Mango-Quark-Mousse

Zutaten für 2 Personen

Schwierigkeitsgrad: Einfach

Zubereitungszeit: 30 Min.

Menu: [16.03.2011](#)

Creation: [Enrico Caruso](#)

Mango-Quark-Mousse

für 2 Personen

80 g getrocknete Mangos

(Reformhaus/Bioladen)

1½ dl/150 ml heisses Wasser

150 g Vollmilch- oder Magerquark

1,2 dl/120 ml Rahm

1

Getrocknete Mangos mit heissem Wasser übergiessen, 30 Minuten stehen lassen.

2

Mangos mit Flüssigkeit und Quark fein pürieren. Rahm steif schlagen und unterziehen. In Gläsern anrichten. Mit Zitronen- oder Pfefferminzblättchen garnieren.

Natur pur

Dieses Dessert enthält nur natürlichen Fructose.

Die Mousse hat eine angenehme Säure.

