

## **Mangopüree mit Colada-Joghurt**

Joghurt mit Coladazucker

### **Zutaten für 2 Portionen:**

Von einer großen Mango werden die Teile um den Kern, die sich nicht für Spalten oder Carpaccio eignen abgeschabt,

1 EL gehackte Colada-Blätter

1 EL Zucker

Saft einer halben Limette

1 Becher (150 g) Joghurt

Als Garnierung :

Vollreife Herzkirschen

Heidelbeeren

Colada-Blüte



### **Zubereitung:**

Wenn man eine Mango schält und davon die äußeren Teile in Spalten oder Scheiben schneidet, bleibt um den Kern ein Bereich, der nur in kleinen Stücken abgeschneidelt werden kann. Diese kleinen Stücke werden püriert und mit etwas Limetten- oder Zitronensaft gesäuert.

Für ein anderes Dessert hatten wir etwa 1 Eßlöffel Blättchen von dem aztekischen Süßkraut „Colada“ fein geschnitten und mit dem Zucker im Mörser fein zerrieben. Da man schon etwa einen Eßlöffel Zucker nehmen muss, damit das mit dem Mörser auch funktioniert, ist von diesem grünen Colada-Zucker noch die Hälfte übrig geblieben. Den hatten wir in einem Twist-Off Gläschen luft- und lichtgeschützt aufbewahrt.

In ein Kelchglas kam unten hinein das Mango-Püree. Dann eine Schicht Joghurt, die mit dem Colada-Zucker bestreut und mit frischen Früchten (Herzkirschen und Heidelbeeren) belegt wurde. Darauf noch eine Schicht Joghurt, die wieder mit Colada-Zucker bestreut und mit frischen Früchten belegt wurde. Auch eine Blüte der Colada-Pflanze kam dazu.

Guten Appetit wünschen die Kochbären.