

ENTDECKEN SIE... *Mangos*



Rezept auf der Rückseite

Mango-Bellini

ENTDECKEN SIE...
Mangos



Für 6 Gläser

1 Mango · 1–2
Kardamomkapseln
1 Flasche Sekt oder
Prosecco

So geht's

Mango schälen und fein würfeln.

Kardamomkapseln aufbrechen und die Samen im Mörser fein zerstoßen.

Mangostücke in einem Rührbecher mit dem Schneidstab sehr fein pürieren.

Kardamom zugeben und untermixen.

Jeweils 3–4 EL Fruchtpüree in die Sektgläser geben und mit Sekt oder Prosecco auffüllen.



VERFÜGBARKEIT
GANZJÄHRIG

WISSENSWERTES



Das Fruchtfleisch ist leuchtend gelb-orange und saftig. Je nach Sorte kann dieses auch leicht faserig sein. Es umschließt einen schmalen, flachen Kern. Mangos schmecken süß mit einem intensiven, exotischen Aroma.



Der Mangobaum ist in Südostasien seit über 4.000 Jahren bekannt. Heute werden Mangos in vielen Ländern angebaut und nach Deutschland exportiert. Mangos sind deshalb ganzjährig erhältlich.



Reife Mangos geben auf leichten Fingerdruck etwas nach. Sie verströmen einen intensiven Duft. Von der Lagerung im Kühlschrank raten wir ab, da sie leicht an Geschmack verlieren.



Die Mango ist reich an B-Vitaminen, E und C. Außerdem hat sie einen hohen Provitamin-A Gehalt.



Mangos eignen sich hervorragend für den Frischverzehr. Hierzu einfach beidseitig am flachen Kern vorbeischnitten und das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale heben.

