


## Frozen Yogurt mit Mango

 30 Min. + 4 Std. gefrieren

**300 g griechisches Joghurt nature**

**100 g Puderzucker**

**1 EL Zitronensaft**

**1 dl Vollrahm, steif geschlagen**

**80 g Zucker**

**1 EL Wasser**

**100 g Cashew-Nüsse, grob gehackt**

**¼ TL Fleur de Sel**

**¼ TL schwarze Pfefferkörner, zerstoßen**

**1 Mango (ca. 400 g), ½ in Stücken, Rest in Würfeli**

**1 EL Puderzucker**

**1 EL Zitronensaft**

**1 EL Wasser**

**Zeit in der Küche:** ca. 30 Min.

- 1. Glace:** Joghurt, Puderzucker und Zitronensaft in einer Chromstahlschüssel verrühren. Schlagrahm darunterziehen, zugedeckt ca. 4 Std. gefrieren, dabei 3-mal durchrühren.
- 2. Krokant:** Zucker und Wasser in einer weiten Pfanne ohne Rühren aufkochen. Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Hin-und-her-Bewegen der Pfanne köcheln, bis ein hellbrauner Caramel entsteht. Pfanne von der Platte nehmen, Nüsse, Fleur de Sel und Pfeffer daruntermischen, auf einem Backpapier verteilen, auskühlen. Krokant grob hacken.
- 3.** Mangostücke mit Puderzucker, Zitronensaft und Wasser pürieren.
- 4.** Mangowürfeli und Mangopüree in Schälchen verteilen. Aus dem Frozen Yogurt Kugeln formen, darauf anrichten, Nüsse darüberstreuen, sofort servieren.

**Portion:** 559kcal, F 28g, Kh 68g, E 8g



**Lässt sich vorbereiten:** Frozen Joghurt ca. 2 Tage im Voraus zubereiten. Ca. 15 Min. vor dem Servieren in den Kühlschrank stellen, geschmeidig rühren.