

# Rezept für Mango-Heidelbeertraum

VON Nadine

## ZUTATEN

1 reife und große Mango

130 g Heidelbeeren

125 g Quark

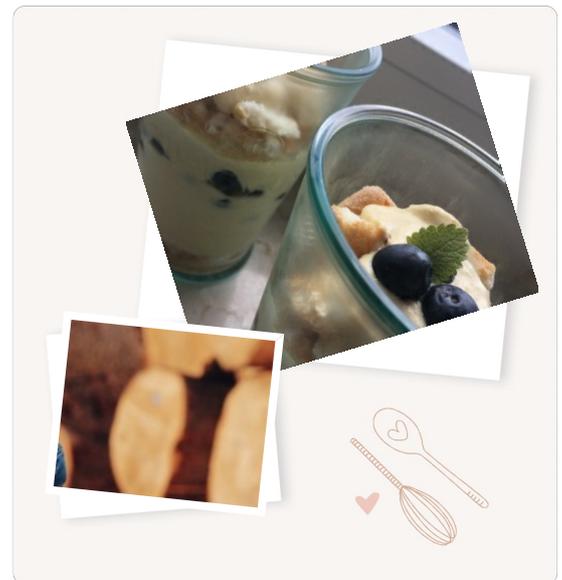
130 ml Sahne

1 Päckchen Vanillezucker

130 g Löffelbiscuit

1 Stängel

Zitronenmelisse oder Pfefferminze



PORTIONEN  
4 Portionen

ZEIT  
20 Min

## ZUBEREITUNG

Heidelbeeren waschen und in einem Sieb abtropfen lassen.

Mango waschen, schälen, das Fruchtfleisch vom Stein schneiden. In eine hohe Rührschüssel geben und pürieren.

Quark zugeben und unterrühren.

Sahne in eine Rührschüssel geben und mit dem Vanillezucker steif schlagen.

Sahne zum Mango-Quarkgemisch geben und unterheben.

Löffelbiscuit in einen Gefrierbeutel geben und kleinbröseln.

Folgendermaßen in Gläser schichten: - jeweils 2 EL: 1. Löffelbiscuitbrösel 2. Mango-Sahne-Quarkcreme 3. Heidelbeeren 4. Mango-Sahne-Quarkcreme



Einfach an dieser gestrichelten Linie abschneiden, in der Mitte falten und in deine Rezeptbox legen.

## ZUBEREITUNG



↪ Einfach an dieser gestrichelten Linie abschneiden, in der Mitte falten und in deine Rezeptebox legen.