

Mango-Sorbet auf knusprigem Keksboden



Zutaten (für 4 Portionen)

Für das Sorbet

- 600 g Mango
- 2 Limetten
- 150 ml Wasser
- 150 g Zucker

- 100 g Zucker
- 1 Ei
- 1 Prise Salz

Ausserdem

Für die Keksböden

- 1/2 Bio-Limette
- 100 g Mehl
- 100 g Kokosraspel
- 100 g Butter, weich

- Eisportionierer
- 2 Stiele Minze

Nährwerte

Pro 100 Gramm

- 220 kcal
- 2 g Eiweiss
- 11 g Fett
- 29 g Kohlenhydrate

**Zeitaufwand: 30 Minuten zzgl. 15 Minuten Backzeit,
zzgl. 6 Stunden Kühlzeit**

Zubereitung

1. Für das Sorbet Mango schälen. Fruchtfleisch vom Kern lösen und grob zerkleinern.
2. Limetten auspressen und Saft mit Wasser, Zucker sowie Mango in einem Topf verrühren. Mango-Mischung aufkochen und mit einem Stabmixer fein pürieren. Masse in einen gefriergeeigneten Behälter umfüllen und gefrieren lassen. Masse alle 30 Minuten umrühren.
3. Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 2 Backbleche mit Backpapier auslegen.
4. Für die Keksböden Limette heiss abwaschen und Schale abreiben. Mit den restlichen Zutaten vermengen. Masse zu kleinen Kugeln formen und auf das Backblech geben. Kekse nacheinander im heissen Ofen 15 Minuten backen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.
5. Zum Anrichten Keksböden in tiefe Schalen geben. Mithilfe eines Eisportionierers Kugeln abstechen und auf die Keksböden geben. Mit Minze garnieren.



REISER RÄT

Die Mango können Sie nach Belieben durch jede andere Frucht ersetzen.

