



# Einfaches Kokos-Mango-Eis

Zeit gesamt  
🕒 6h 30min

Zubereitungszeit  
🕒 30min

Schwierigkeit  
👨‍🍳 Einfach



## Zutaten

für 4 Portionen

Mango, tiefgefroren	600 g
Schlagsahne	100 ml
Kokosnussmilch	100 ml
Vanillinzucker	1 Päckchen
Puderzucker	1 EL

## Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß, Pürierstab, Handrührgerät mit Schneebesens

1. Mangowürfel zum Auftauen aus dem Tiefkühlfach nehmen. In einem hohen Gefäß Sahne mit einem Handrührgerät mit Schneebesens steif schlagen.
2. In einer Schüssel Kokosnussmilch, Vanillinzucker und Puderzucker ebenfalls mit dem Handrührgerät zu einer homogenen Masse verarbeiten. Zuletzt Sahne unterheben.
3. Kokos-Sahne-Masse in Eisformen füllen und im Tiefkühlfach ca. 15 Min. anfrieren lassen. Das hohe Gefäß säubern.
4. Mangowürfel im hohen Gefäß fein pürieren und nach Belieben mit etwas Puderzucker nachsüßen. Mangopüree zur Kokos-Sahne-Masse in Eisformen füllen.
5. Eisstiel in Formen stecken und über Nacht im Tiefkühlfach durchfrieren lassen. Eisform vor dem Servieren kurz in heißes Wasser tauchen, einfaches Kokos-Mango-Eis am Stiel herausnehmen und servieren.

Viel Freude beim Genießen!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	184 kcal
Kohlenhydrate	26 g
Eiweiß	2 g
Ballaststoffe	0 g
Fette	7 g