



Joghurt mit Mango

Zeit gesamt
🕒 10min

Zubereitungszeit
🕒 10min

Schwierigkeit
👩‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Mango	2 St.
Minze, frisch	10 g
Sahnejoghurt Griechischer Art	600 g

Zubereitung

1. Mangos waschen, schälen, das Fruchtfleisch vom Kern lösen und würfeln. Minze waschen, trocken schütteln, Blätter abzupfen und fein schneiden.
2. Joghurt in die Gläser geben und Mangostücke darauf verteilen. Mit Minzblättern garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	261 kcal
Kohlenhydrate	44 g
Eiweiß	17 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	4 g