



# Mango-Joghurt



☆☆☆



5 Min.

## Zutaten für eine Portion

1 Flasche	<b>Nutricomp® Drink Plus Fibre (Neutral, 200 ml)</b>
1 Sachet	<b>My®Nutricomp Würzmischung (Mango Lassi)</b>
150 g	reife Mango
200 g	Naturjoghurt
1 TL	Honig oder 1 EL Ahornsirup

### NÄHRSTOFFGEHALT PRO REZEPT

Energie	580 kcal / 2428 kJ
Protein	24 g
Fett	22 g
Kohlenhydrate	90 g

## Zubereitung

Die Mango schälen und klein schneiden. Zur Dekoration 2 EL davon zurück stellen.

Mango, Joghurt, **Nutricomp® Drink Plus Fibre** und **My®Nutricomp Würzmischung (Mango Lassi)** in einen hohen Rührbecher geben. Mit dem Stabmixer pürieren.

## Anrichten

In ein Glas füllen, mit den übrigen Mangostückchen bestreuen und mit Honig oder Ahornsirup beträufeln.

### **i** Tipp

Der Mango-Joghurt kann an einem kühlen Ort oder im Kühlschrank etwa 1 Tag aufbewahrt werden und über diesen Zeitraum hinweg in kleineren Portionen genossen werden.

