




Goldener Mango-Joghurt.

 **15 Min.**  **15 Min.**  **leicht**
Vorbereitung Gesamtzeit Aufwand

Zutaten für: Portion(en) Zubereitung:

g Erdbeeren, frisch
(alternativ TK)

g Naturjoghurt

g Mangofruchtfleisch

TL Ingwer, frisch gerieben

TL Kurkumapulver

TL Honig

EL Knuspermüsli (z.B.
Honig-Nuss von
Granola)

1 Erdbeeren sind zarte Wesen, also bade sie ganz vorsichtig in Wasser und tupfe sie dann liebevoll trocken. Der Stielansatz ist nicht ansatzweise so lecker wie die Frucht – also tu' dir den Gefallen und schneide ihn sauber weg. Danach die Erdbeeren vierteln.

2 Weiter geht's mit der Schlemmerspeise. Dafür Joghurt, Mango, Ingwer, Kurkuma und Honig in einen Standmixer geben und alles pürieren – um die Vitamine und deine Ohren zu schonen, nicht länger als ca. 15 Sek..

Tipp: Wie einfach du eine Mango schneidest, zeigen wir dir [hier](#).

3 Jetzt ab mit der Mango-Joghurt-Creme in deine Lieblings-Frühstücksschale.

4 Nun kommt das große Finish für Angeber: Erdbeeren und Knuspermüsli künstlerisch obenauf verteilen. Sieht top aus? Toll! Für den optimalen Geschmack solltest du aber alles gut vermischen, bevor du jetzt dein Frühstück genießt.