



**TIPP:  
GLUTENFREI  
OHNE  
MACARON**



VEGETARISCH



1 GLAS



1 H

## MANGO PARFAIT

### ZUTATEN

#### FÜR DIE FÜLLUNG

- **50 g** Mascarpone
- **60 g** Joghurt
- **1 TL** flüssiger Honig
- **50 g** Heidelbeeren
- **30 g** Zucker
- **Wenig** Zitronensaft
- **50 g** Mango
- **Wenig** Zitronensaft
- **2 EL** Cornflakes
- **Beliebig viele** Mangostücke

#### FÜR DAS TOPPING

- **1** Mango-Mochi-Eis
  - **1** Mango-Macaron
  - **Beliebig viele** Früchte (z. B. Mango, Apfel, Melone)
  - Schlagrahm
  - Schokosplitter
- 
- **1** Parfaitglas

### ZUBEREITUNG

In einer Schüssel Mascarpone, Joghurt und Honig mischen. Heidelbeeren, Zucker und Zitronensaft zusammen in einem Topf bei niedriger Hitze erhitzen, gelegentlich umrühren und köcheln lassen. Diese Schritte mit Mango, Zucker und Zitronensaft wiederholen für Mangopüree.

Parfaitglas folgendermassen schichten: Cornflakes, Mascarpone-Creme, Mangopüree, Heidelbeerpüree, Cornflakes, Mangostücke, darauf erneut Mascarpone-Creme und Mangopüree.

Mango-Mochi-Eis in 4 Stücke schneiden, darauflegen und daneben ein Mango-Macaron. Beliebige Früchte zum Dekorieren platzieren. Zum Schluss, Schlagrahm hinzufügen und Schokosplitter darüberstreuen.

