

Mango-Jumper

Zutaten (für 2 große Gläser)

200 ml Wasser
4 TL grüner Tee (oder 4 Teebeutel)
1 kleine reife Mango
200 g Vollmilchjoghurt
1 Bio-Limette
2 TL brauner Zucker
Eiswürfel
4 Stiele Pfefferminze

Zubereitung:

Wasser zum Kochen bringen. Den grünen Tee in eine Teekanne geben. Tee mit dem heißen Wasser überbrühen. 3 Minuten ziehen lassen. Tee durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen.

Mango schälen, das Fruchtfleisch längs vom Stein abschneiden. Fruchtfleisch in grobe Stücke schneiden und in einen Aufsatzmixer geben. Limette waschen und trocken tupfen. Schale dünn abreiben und Saft auspressen. Limettenschale, Saft, Joghurt, Zucker und Tee in den Aufsatzmixer geben und alle Zutaten miteinander pürieren.

2 Gläser zu einem Drittel mit Eiswürfeln füllen und Mango-Jumper zugießen. Mit Minze verziert servieren.

Zubereitungszeit: 20 Minuten (ohne Abkühlzeit)