



Himmlische Mangocreme á la Govardhana

Ca. 4 Tassen Wasser und Zucker mit dem Ingwer bei mittlerer Temperatur bis auf die Hälfte einkochen. Geschälte und gewürfelte Mango sowie Orangensaft, Zitronensaft und die Gewürze, hinzugeben und 5-10 Minuten weich kochen, zuletzt kurz vor Ende der Kochzeit Kardamom und Zimt zugeben.

Vanillepuddingpulver mit der Kokoscreme und einem guten Schuss Sahne anrühren und mit einem Schneebesen langsam einrühren. Alles sorgfältig verrühren und einmal aufkochen lassen, bis es leicht dickflüssig ist. Nun das Rosenwasser beifügen.

Die feine Mangocreme abkühlen lassen, 3/4 der geschlagenen Sahne unterziehen und den Rest mit einer Spritztülle zum Verzieren verwenden. In eine schöne Dessertschale füllen, mit geviertelten Erdbeeren oder ganzen Himbeeren und einem Minz- oder Melissenblatt garnieren.

Arbeitszeit: ca. 30 Min.

Schwierigkeitsgrad: normal

Brennwert p. P.: keine Angabe



Zutaten für 4 Portionen:

4	Mango(s), reife
2	Orange(n), Saft davon
1	Limone(n), Saft davon
1 TL	Ingwer, frisch, fein gehackt/geraspelt
4 EL	Zucker, braun oder Sharkara (ayurvedischer Zucker)
250 ml	Kokoscreme
200 ml	Schlagsahne
250 ml	Wasser
3 EL	Vanillezucker
1 TL	Rosenwasser
¼ TL	Kardamom mit 1/4 TL Zimt mit etwas Kandiszucker mahlen
einige	Erdbeeren oder Himbeeren, frisch
5 TL	Puddingpulver, Vanillegeschmack (Bio)
etwas	Minze oder Melisse

Verfasser: frankipani