



## MANGO LASSI GLASDESSERT / BACKEN MIT SALLY UND LIDL #151



### - ANZEIGE -

Dieses leichte, sportliche Glasdessert ist super schnell fertig und schmeckt wunderbar fruchtig. Ich habe einen Mango Lassi zubereitet und ihn mit einer Quarkcreme und frischen Mangostücken als Schichtdessert serviert. Den Zucker könnt ihr nach Belieben reduzieren oder weglassen und für mehr Proteine kann der Joghurt durch Skyr ersetzt werden.



Zubereitungszeit

**15 Minuten**

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 6

### MANGOLASSI

Schäle die Mango und schneide das Fruchtfleisch grob klein. Püriere es mit der Buttermilch und dem Zitronensaft.

### QUARKCREME

Verrühre den Quark, mit dem Joghurt, Puderzucker und Vanilleextrakt cremig.

### DESSERT SCHICHTEN

Schneide die Mango in feine Würfel. Befülle nun deine Gläser abwechselnd mit dem Mangolassi, der Quarkcreme und den Mangostücken. Stelle das Dessert bis zum Servieren kalt. Viel Spaß beim Nachmachen, deine Sally!

### MANGOLASSI:

- 400 g** Mangos
- 100 g** Buttermilch
- 1 TL** Zitrone (Saft)

### QUARKCREME:

- 250 g** Quark
- 200 g** Joghurt
- 50 g** Puderzucker
- 1 TL** Vanilleextrakt

### ZUM SCHICHTEN:

- 100 g** Mangos