



Aus der Heimat der Frische

 15 Minuten

 Einfach

Mango Colada

Aus frischer Minze, reifer Mango und fruchtig-süßen Maracujas lässt sich blitzschnell ein köstlicher Mango Colada Cocktail selber machen, der dem Caipi um nichts nachsteht.

 *So wirds gemacht :*

Schritt 1

Für den Mango Colada Cocktail die Mango schälen, das Fruchtfleisch vom Kern schneiden und in einen Mixbehälter geben. Die Maracujas halbieren, Saft und Kerne herauslöfeln und zur Mango geben. Die Vanilleschote längs halbieren und das Mark mit einem Messer herauskratzen. Mit dem Ananassaft in den Mixbehälter geben und alles cremig pürieren.

Schritt 2

4 bauchige Gläser mit Eiswürfeln füllen. Die Fruchtmischung darüber gießen und mit Buttermilch auffüllen. Mit Minze und Vanilleschoten dekorieren. Fertig ist der alkoholfreie Sommer Cocktail Mango Colada mit Maracuja.

Nährwerte

1 Portion enthält durchschnittlich:

Brennwert (kJ/kcal): 1002/238

Fett (g): 2

Kohlenhydrate (g): 50

Eiweiß (g): 7



 Zutaten

4 Portionen

1 Mango, sehr reif (alternativ aus der Dose)

3 große Maracujas (ca. 175 ml Fruchtfleisch)

1 Vanilleschote

25 ml Ananassaft

2 Handvoll Eiswürfel

500 ml MILRAM Buttermilch Drink Mango-Maracuja

2 Stängel frische Minze