



Oktober 2022: Pfirsich-Kokos-Kaltschale

Zutaten:

- » 750 g Pfirsiche
- » 1 Nektarine
- » 1 EL Kokosraspeln
- » 750 ml Mangosaft
- » 1 Dose Kokoscreme
- » 2 Scheiben Ananas
- » etwas Vanillemark und frische Minze

Zubereitung:

Die Kokosraspeln in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten.

Früchte blanchieren, enthäuten und pürieren.

Die Kokoscreme und den Mangosaft zum Fruchtmus geben und mit Vanille abschmecken.

In Gläser abfüllen und kalt stellen.

Vor dem Servieren mit 1 Scheibe Ananas belegen und mit Minze und Kokosraspeln dekorieren.