



Eine reife Mango erkennt man daran, dass sie süss duftet und die Schale auf sanften Fingerdruck leicht nachgibt. Bei einer Raumtemperatur zwischen 20 und 24 Grad reift sie noch etwas nach. Und Vorsicht: Flecken von Mangos lassen sich nur schwer aus Textilien entfernen!

Sterntaler-Gelee

Vor- und zubereiten: ca. 20 Min.
Für 3 Gläser von je ca. 3 dl

1 Mango

5 dl Passionsfruchtnektar

300 g Gelierzucker (Coop; 2:1)

Haltbarkeit: kühl und dunkel
ca. 6 Monate. Einmal geöffnet, das Glas im Kühlschrank aufbewahren.
Gelee rasch konsumieren.

Pro dl: 0 g Fett, 0 g Eiweiss,
44 g Kohlenhydrate, 754 kJ (180 kcal)

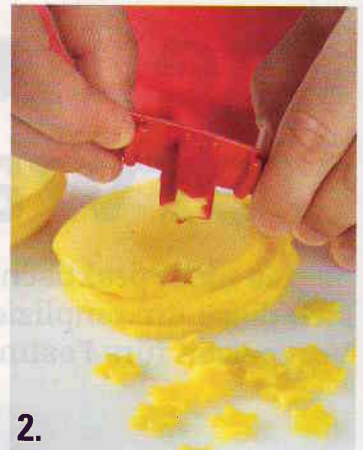


Tipp: Mit dem Scheibler lassen sich Früchte und Gemüse blitzschnell und sicher in beliebig feine Scheiben und Streifen hobeln! **Bestellmöglichkeit online auf www.bettybossi.ch**



1.

Mango schälen, beidseits entlang dem flachen Stein in feine Scheiben hobeln (siehe Tipp).



2.

Mit einem kleinen Guetzliausstecher Sterne ausstechen.



3.

Mangoresten mit Nektar pürieren, Gelierzucker beigegeben, aufkochen, ca. 3 Min. kochen.



4.

Gelee bis knapp unter den Rand in saubere, vorgewärmte Gläser füllen. Mangosterne beigegeben, Gläser sofort verschliessen.



5.

Gläser mit Schraubdeckel ca. 1 Std. auf den Kopf stellen.

