

Mangowölkchen

160 g getrocknete Mangos*

160 g Cashewbruch*

2 Eiweiß

120 g Puderzucker

***aus fairem Handel**

Die getrockneten Mangos fein(!) würfeln, die Cashewnüsse grob hacken und in einer Pfanne unter ständigem Rühren bräunen. Das Eiweiß ca. 15 min sehr steif schlagen, dann den gesiebten Puderzucker einrieseln lassen. Mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen von der Masse abstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 140°C ca. 20 min backen.

Mangowölkchen

160 g getrocknete Mangos*

160 g Cashewbruch*

2 Eiweiß

120 g Puderzucker

***aus fairem Handel**

Die getrockneten Mangos fein(!) würfeln, die Cashewnüsse grob hacken und in einer Pfanne unter ständigem Rühren bräunen. Das Eiweiß ca. 15 min sehr steif schlagen, dann den gesiebten Puderzucker einrieseln lassen. Mit zwei Teelöffeln kleine Häufchen von der Masse abstechen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen. Im vorgeheizten Backofen bei 140°C ca. 20 min backen.