



Per portion
Energi
135 kcal
Protein
2,6 g

SOLSKENSSOPPA

10 portioner

900 g Mangopuré, Findus 96008225
6 dl Apelsinjuice
600 g Matlagningsyoghurt
1 dl Florsocker

Tina mangopuré. Blanda och
vispa samtliga ingredienser.
Serveras kall med vispad grädde,
bär eller glass.

Findus

Findus Mangopuré

är en värmebehandlad, slät och osötad puré gjord på rena råvaror.

Purén är lösfryst i små bitar som är enkla att portionera.



KRYDDIG MANGOSMOOTHIE

10 portioner

400 g Mangopuré, Findus 96008225
5 dl Vaniljyoghurt
2 dl Äppeljuice
1 st Lime
1 tsk Ingefära, malen
1 tsk Kardemumma, mald

Tina mangopuré och vispa ihop med övriga ingredienser.

Servera i glas.

TIPS!

Berika med 2 dl Berikning Majsvälling, Findus 96013897 för ett ökat näringsinnehåll.

Per portion
Energi
82 kcal
Protein
2 g



MANGOBOLLAR

25-30 stycken

2,5 dl Kokosflingor
250 g Mangopuré, Findus 96008225
250 g Kondenserad mjölk
1 dl Kokosflingor

Rosta kokosflingorna i en torr stekpanna till fin färg.

Tillsätt tinad mangopuré och kondenserad mjölk och sjud under omrörning ca 10 minuter tills du får en formbar smet. Låt svalna.

Blöt händerna och rulla smeten till bollar. Rulla dem sedan i kokos. Ställ svalt innan servering.

Per portion
Energi
46 kcal
Protein
0,9 g



MANGOFROMAGE

10 portioner

14 g Gelatinblad
200 g Mangopuré, Findus 96008225
1 st Lime
5 st Äggulor
1,5 dl Socker
3 st Äggvita
2 dl Vispgrädde

Till servering

2,5 dl Vispgrädde
200 g Hallon

Lägg gelatinbladen i en skål med kallt vatten.

Värm upp mangopuré. Krama ur gelatinbladen och rör ner i varma mangopurén. Låt svalna.

Vispa äggulor och socker tills det blir ljust och pösigt. Blanda ner mangosåsen i en jämn stråle.

Vispa äggvitorna till ett hårt skum. Vispa därefter grädden i en annan skål. Blanda först ner den vispade grädden och sist vänd ner vispade äggvitan i mangoblandningen.

Lägg fromagen i en spritspåse och spritsa ner i portionsglas. Ställ dem att stelna på en sval plats.

Servera fromagen med lätt-vispad grädde och gärna med färska bär.

Per portion
Energi
280 kcal
Protein
4,9 g



Per portion
Energi
143 kcal
Protein
2 g



TIPS!

Till timbalkonsistens ersätt pajskalet med pannkaksplätt, timbal, Findus 96008667 och lägg som botten i formen. Baka av lätt i ugnen.

MANGO OCH MARÄNGPAJ

12 portioner

200 g Pajskalsplattor, Findus 96012797

Maräng

2 st Äggvitor

100 g Socker

0,5 tsk Ättikssprit

Mangofyllning

200 g Mangopuré, Findus 96008225

2 st Äggula

1 msk Socker

1 msk Vaniljsocker

1 st Lime

1 msk Majsstärkelse

Tryck ut den färdiga pajdegen i små formar och förbaka ca 8-10 minuter i ugn 175°C.

Maräng

Vispa äggvita och tillsätt hälften av sockret och ättikan. När äggvitan börjar tjockna, tillsätt resterande socker. Lägg i en spritspåse med tyll.

Mangofyllning

Värm upp mangopuré i kastrullen. Vispa äggula, socker, vaniljsocker, limesaft och majsstärkelse med en elvisp. Tillsätt äggblandningen i mangopurén och varm försiktigt under omrörning tills krämen tjocknar. Tag av från plattan.

Fyll pajskalen med mangokräm och spritsa maräng på toppen. Baka av i ugn 250°C ca 3 minuter till fin färg på marängen.

Besök gärna vår webbaserade utbildning matviddysfagi.luvit.se
Kontakta Findus Special Foods, om du har några frågor. Tfn 020-88 60 00 eller
specialfoods@se.findus.com www.specialfoods.se

