



## • **Mango-Senf-Dip**

### **Zutaten:**

75 g getrocknete Mango (gebana)

75 g  $\frac{3}{4}$ -Fett-Quark

$\frac{1}{2}$  TL Senf mit Tomaten und Basilikum (claro)

Salz, Pfeffer

Gemüse zum dippen (Karotten, Peperoni, Gurken...)

### **Zubereitung:**

Mangos ca. 3 h in Wasser einweichen lassen. Mangos pürieren. Mit dem Quark vermischen und mit Salz, Pfeffer und Senf würzen.

Gemüse in Streifen schneiden.

### **Dekorationsvorschlag:**

Aus dem Gemüse oder aus getrockneten Mangoscheiben können Sterne und andere dekorative Formen geschnitten werden.