

# ***Geeiste Kokosmilch***

## **Zutaten:**

- 2 Stängel Zitronengras, 1 Stück Ingwer
- 400 ml Kokosmilch \* (aus der Dose), 2 EL Honig \*
- 1 reife rote Papaya, 1 kleine reife Mango oder ½ Beutel eingeweichte getrocknete Mangos ungesüßt\*
- 1 unbehandelte Limette

\* *Im Weltladen erhältlich*

## **Zubereitung:**

- 🌍 Zitronengras waschen und mit dem Messer flach klopfen; Ingwer schälen und fein würfeln. Kokosmilch mit Zitronengras, Ingwer und 1 EL Honig in einen Topf geben, einmal aufkochen und ca. 6 Stunden ziehen lassen. Die Mischung durch ein feines Sieb passieren, in einer Metallschüssel ins Gefrierfach stellen. In 30 Minuten gefrieren lassen.
- 🌍 Papaya schälen, halbieren und mit einem Löffel entkernen. Fruchtfleisch in Würfel schneiden. Die Mango schälen, das Fruchtfleisch schneiden und ebenfalls würfeln. Limette waschen und trocken reiben. Die Schale fein abreiben und die Limette auspressen. Papaya und Mango mit 1 EL Honig, Limettensaft und Limettenschale mischen.
- 🌍 Kurz vor dem Servieren die gefrorene Kokosmilch in den Mixer geben, zu einer Art Smoothie aufmixen und in Gläser füllen. Die Früchte daraufgeben.

***Guten Appetit***