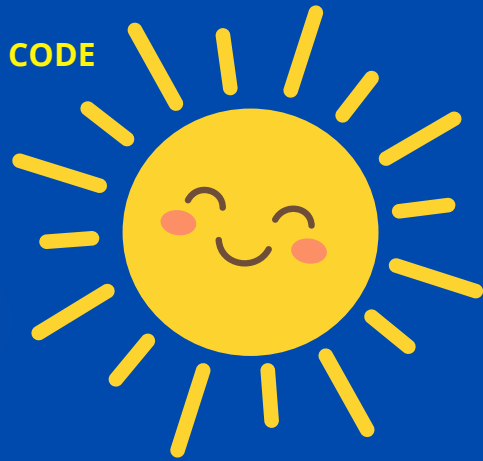


Retrouvez-nous sur mikoollemanicou.com ou flashez le QR CODE



Mousse légère à la Mangue

Douce, onctueuse et pleine de soleil !

★ À FAIRE
AVEC UN ADULTE

LES INGRÉDIENTS

(pour 4 verrines)



2 mangues
bien mûres



20 cl de
crème liquide
entière froide



2 c. à soupe
de sucre
(ou miel)



1 jus de
citron vert



1 c. à café
d'extrait de
vanille



Quelques
feuilles de
menthe

LE MATÉRIEL



Un blender



Un grand
saladier



Un fouet
électrique
(ou manuel)



Une spatule



4 verrines
(ou petits
verres)

LES ÉTAPES

1 PRÉPARER LA MANGUE

- Éplucher les mangues.
- Couper la chair en morceaux.
- En garder quelques petits dés pour la décoration.



2 MIXER LA PRÉPARATION

Dans le blender, mettre :

- les morceaux de mangue,
- le jus de citron vert,
- le sucre (ou le miel),
- l'extrait de vanille.

Mixer jusqu'à obtenir
une purée bien lisse.



3 MONTER LA CRÈME EN CHANTILLY

Dans un grand saladier,
verser la crème liquide froide.
Fouetter jusqu'à ce qu'elle
devienne ferme et mousseuse.



4 MÉLANGER ET RÉSERVER

Ajouter délicatement la purée
de mangue à la chantilly
à l'aide d'une spatule.
Mélanger doucement pour
garder une texture aérienne.
Répartir dans les verrines.
Réserver au frais pendant
au moins 2 heures.



LE PETIT CONSEIL DE MIKOO

Pour encore plus de gourmandise,
ajoute quelques dés de mangue
et une feuille de menthe juste
avant de servir !



Bon appétit !



IDÉES POUR VARIER

Remplace la vanille par du rhum
(quelques gouttes) pour une
version adulte.



Tu peux aussi utiliser de l'ananas
ou de la passion à la place
de la mangue.



LE SAIS-TU ?

La mangue est riche en
vitamine C et en fibres.
Elle donne de l'énergie
et aide à rester en forme
sous le soleil !



**COMMERÇANTS,
PUBLIEZ VOS COUPONS
DANS LE MAGAZINE MIKOO !**

OFFREZ DES RÉDUCTIONS AUX FAMILLES
et attirez encore plus de clients !

Mikoo
le manicou



**DES OFFRES
UNIQUEMENT POUR
LES ENFANTS !**

**-10%
-20% -30%...
À VOUS DE JOUER !**



★ PLUS DE VISIBILITÉ

👥 PLUS DE CLIENTS

❤️ DES ENFANTS HEUREUX,
DES PARENTS RAVIS !

📞 CONTACTEZ-NOUS ! 0696 77 45 02