



## GLACE MANGUE

*Enrichie*

### INGRÉDIENTS

Pour 3 personnes

- 1 mangue (environ 300g)
- 50g de sucre glace
- 100ml de crème entière 30%
- Quelques gouttes de jus de citron

#### Valeurs nutritionnelles pour 1 personne

Protéines | Lipides | Glucides | Kcal

1            10            33            239

### MATÉRIEL

- 1 saladier
- 1 bol
- 1 couteau
- 1 planche à découper
- 1 blender
- 1 fouet électrique

### RECETTE

- Découper la mangue en cube et la mixer au blender
- Monter la crème en chantilly à l'aide du fouet électrique (mettre au frais la crème quelques minutes avant, aide à faire prendre la crème)
- Mélanger la purée de mangue et la chantilly
- Placer au congélateur au minimum 5h (idéal une nuit)
- Sortir un peu avant la dégustation

