

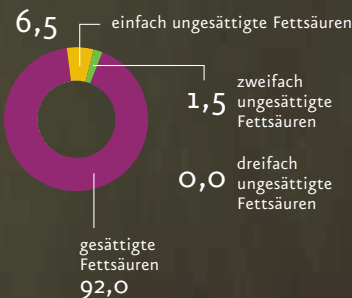


WISSENSWERTES

# Süße Küche

— Kokoswürzöl —

- Zutaten** ● Kaltgepresstes Kokosöl, Zimt, Koriander, Anis, Nelke, Ingwer, Kardamom, Vanille und Orangenschalenöle.
- Herstellung** ● Liebevoll und handwerklich aus der Ölmühle Solling im Weserbergland.
- Charakter** ● Eine liebliche, ayurvedisch inspirierte Komposition mit feiner, typischer Kokosnote für alle, die es süß lieben.
- Besonders lecker zu** ● Desserts, Eiscremes, Süßspeisen wie zum Beispiel Milchreis, zu heißer Schokolade, Bratapfel, Cremes- und Waffelbäckerei, in Konfitüren.
- Anwendung** ● Zum Würzen warmer Speisen. Einfach gewünschte Menge gegen Ende der Garzeit über das Gericht geben und gut unterrühren.
- Hinweis** ● Kokosöl ist bei Zimmertemperatur fest und schmilzt beim Erwärmen. Lichtgeschützt und dunkel, jedoch nicht im Kühlschrank aufbewahren.



ÖLMÜHLE  
SOLLING

MÜHLENFRISCH

BIO

# Mango

mit Kokosstreuseln und Kaffee-Sahne

## REZEPT

Zutaten für 4 Personen

⌚ Zubereitungszeit: zirka 20 Minuten

### ● Zutaten

5 g Weizenmehl (Typ 405)

40 g Rohrzucker

20 g Kokosraspeln

2 reife Mangos (à 300 g)

150 ml Schlagsahne

1 EL Kokoswürzöl Süße Küche (20 g)

1 EL Kokoswürzöl Kaffee-Mandel

### ● aus der Ölmühle Solling

Kokoswürzöl Süße Küche

Kokoswürzöl Kaffee-Mandel

### ● Zubereitung

Für die Streusel 1 EL Kokoswürzöl Süße Küche mit Mehl, Zucker und Kokosraspeln in eine Schüssel geben, kurz verkneten und zwischen den Händen zu Bröseln reiben. Kalt stellen. Die beiden Mangos schälen, die Fruchtfleishhälften von beiden Seiten des Steins abschneiden, fächerförmig einschneiden und auf ein Blech mit Backpapier setzen.

Das übrige Fruchtfleisch vom Stein schneiden und würfeln. Fruchtfächer leicht auseinanderdrücken und mit Kokosstreuseln und Fruchtwürfeln bestreuen. Im heißen Ofen bei 220 °C (Ober- und Unterhitze) in zirka 15 Minuten goldbraun backen.

Sahne mit 1 EL Rohrzucker und Kokoswürzöl Kaffee-Mandel süßen und steif schlagen. Zu den Mangohälften mit den Kokosstreuseln servieren.

● Mehr Rezepte mit unseren köstlichen nativen Ölen gibt's hier: [oelmuehle-solling.de](http://oelmuehle-solling.de)



  
**ÖLMÜHLE  
SOLLING**

Ölmühle Solling GmbH · Höxtersche Straße 1  
37691 Boffzen/Germany · T 0 52 71.9 66 66-0  
F 0 52 71.9 66 66-66 · [info@oelmuehle-solling.de](mailto:info@oelmuehle-solling.de)