



claro
FAIR TRADE

Rezept 2

Mangohupf

Mangohupf

Zutaten

120 g getrocknete Mangos	50 g Cajounüsse
1,5 dl heisses Wasser	200 g Mehl
2 Esslöffel Rum	2 Teelöffel Backpulver
200 g weiche Butter	4 Eiweiss
150 g Honig	1 Prise Salz
4 Eigelb	Puderzucker
1 Zitrone	

Zubereitung (für eine grosse Gugelhupfform)

- Vorbereiten**
 - Mangos mit einer Schere in kleine Stücke schneiden. In Wasser und Rum 2 bis 3 Stunden einweichen. Abgiessen und gut abtropfen lassen.
 - Cajounüsse zerhacken, Zitronenschale abreiben.
 - Den Backofen 10 Minuten auf 220 °C vorheizen, dann auf 180 °C zurückschalten. Die Gugelhupfform gut einfetten.
- Teig zubereiten**
 - Butter und Honig zu einer cremigen, luftigen Masse aufschlagen, die Eigelbe nach und nach unterrühren.
- Backen**
 - Abgeriebene Zitronenschale, Cajounüsse und das mit dem Backpulver vermischte Mehl sowie die Mangos unterrühren.
 - Das Eiweiss zu Schnee schlagen, sorgfältig unterziehen.
 - Den Teig in die Form füllen.

Bild: Bio-Mangos werden in einem Trocknungsbetrieb des «Cercle des Sécheurs», Burkina Faso, zum Trocknen vorbereitet. Foto: Jean-Louis Brocart

www.claro.ch