

Bereidingswijze

Mango's

Informatie

De mango is wereldwijd de meest gegeten verse vrucht. Een mango bevat net zoveel vitamine C als een sinaasappel. Rijpe mango's zijn geel, oranje, rood of groen, afhankelijk van het type. Het vruchtvlees van een mango is geel tot oranje en is heerlijk zoet van smaak. Binnenin de mango zit een grote niet-eetbare pit.



Bereiding

1. Snijd de mango langs de pit doormidden
2. Snijd vervolgens een aantal reepjes in de pitloze stukken vruchtvlees, zonder de schil te raken
3. Tot slot, lepel de gesneden reepjes uit de mango schil



EET SMAKELIJK!

