

# Mangokräm

## MANGOKRÄM

Receptet är för c:a 3 dl

225 gram mango

1 msk kokosolja

1 dl riven kokos

## HUSGERÅD

Måttsats

Matberedare

# Mangokräm

## Mangokräm

### Så här gör du

- Häll mango och kokosoljan i en mixer och mixa till kräm
- Tillsätt riven kokos och mixa lite till
- Häll upp i skål och låt krämen stå i kylan en stund före servering

[Köp kokosolja](#) pe unknown

Tips, prova även vår [Ingefärsgrädde](#).

Paleo så gott och så enkelt!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Bagaren & Kocken](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

*Jenny & Magnus Andersson*

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboksförfattare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.

---