

## granaatappel – mango - bessen

---

### ingrediënten

2 grote rijpe mango's  
200 gr zwarte bessen  
*kan ook met kersen*  
4 granaatappels  
yoghurt (soja yoghurt)  
2 eetlepels kokosmeel

### werkwijze

- snij de granaatappels middendoor of in 4 stukken
- maak voorzichtig de parels van het membraan los
- wrijf de parels door een zeef en vang het sap in een kom op
- schil de rijpe mango's, ontpit ze
- snij ze in stukken en pureer het mangovlees
- voeg de puree van mango bij het sap van de granaatappels
- mix de zwarte bessen erdoor heen
- zet dit mengsel ca een half uur in de diepvries tot het een soort gelei geworden is
- meng het kokosmeel door de yoghurt
  
- vul 4 mooie glazen met een laagje yoghurt
- doe hierop het granaatappelmengsel
  
- strooi er nog iets krokant over bv wat tarwekiemen, chocoladeparels, musli, ...