

Sunny morning bowl

Crema de mango, naranjas y almendras



1 mango



2 naranjas



3 c.s. de crema de almendras



100 g de moras



75 g de copos de avena



2 hojas de melisa

Preparación:

1. Pela el mango y las naranjas. Retira la carne y el hueso del mango. Corta las naranjas peladas en trozos. Introduce todo en el vaso de la batidora junto con las almendras y los copos de avena. Cierra la tapa.
2. Bate todo junto hasta obtener la textura deseada.
3. Sirve la crema en boles de desayuno y decóralos con moras y melisa.

Consejo Bosch:

Los copos de avena añadirán un sabor especialmente suave y agradable si antes los tuestas un par de minutos en la sartén sin utilizar grasa alguna. Remuévelos con frecuencia. Puedes personalizarlo más con un puré casero de almendras.

 1.000 ml

