

饮料

# 芒果西番莲奶昔

作者 [Marc Fosh](#)

总时长:  
10 分钟  
上菜:  
4

## 食材

原料 (4人份)

- 2个成熟的芒果（肉质柔软）
- 3个成熟的西番莲，取果肉，压成泥
- 1汤匙蜂蜜
- 200毫升橙汁
- 100毫升希腊酸奶
- 少许豆蔻

## 方法

准备:  
10  
烹饪:  
0  
上菜:  
4  
难度:

[Missing text '/recipes/details/difficulty' for 'Chinese (Simplified, China)'] 1

1. 切下芒果核两侧的果肉，然后分离芒果果肉与果皮。
2. 开始制作前，请先将芒果肉冷藏保存。
3. 将所有原料放入博朗碎冰果汁机内，搅拌至细腻均匀
4. 按下Turbo高速点动按键，即可瞬时提供最大的功率，达到更为细腻的料理效果。
5. 将料理好的奶昔倒入玻璃杯中饮用。

This recipe was prepared using Braun's Tribute Collection Jug blender JB 3060.