Mangostreifen Bio kbA, ungeschwefelt, ungezuckert, faserfrei

Bio Mangostreifen getrocknet aus Burkina Faso - Top-Qualität - naturbelassen – ungesüßt – faserfrei und mit tollem Mango Aroma

Für unsere 100 % naturbelassenen, getrockneten Bio Mangostreifen und Stücke verwenden wir nur vollreife und damit besonders aromatische Früchte. Die frischen, faserfreien Mangos werden von Bauernkooperativen in Burkina Faso ökologisch angebaut und anschließend in Handarbeit geschält, geschnitten und schonend getrocknet. Wie die meisten unserer Produkte sind diese Trockenfrüchte **Natur pur – nur Frucht, ohne Zuckerzusatz, ohne künstliche Zusatzstoffe und Konservierungsstoffe sowie ungeschwefelt**. Die bissfesten Mangostreifen getrocknet zeichnen sich durch ein ausgewogenes Zucker-Säure-Verhältnis aus und haben ein feines tropisches Fruchtaroma. Dem Kenner bieten unsere naturbelassenen Bio Mangostreifen ein unvergleichliches Geschmackserlebnis und garantieren Genuss ohne Reue – der exotische Knabberspaß zu jeder Jahreszeit :)

mangostreifen-getrocknet-auf-grauem-hintergrund

Vorteile von Topfruits Mangostreifen Bio getrocknet

- **100 % Natur:** Frei von Schwefel, Konservierungsstoffen und zugesetztem Zucker.
- **Faserfreie Premium-Qualität:** Besonders zart im Biss und intensiv im Aroma.
- **Bio & Fair:** Nachhaltiger Anbau und faire Handelsbedingungen in Burkina Faso.
- **Wertvolle Inhaltsstoffe:** Mit sekundären Pflanzenstoffen, v.a. Beta-Carotin (Vitamin A-Vorstufe) und Kalium.
- **Vielseitig verwendbar:** Ideal als schneller Energiespender beim Sport, gesunder Snack oder fruchtige Zutat im morgendlichen Müsli.

Was ist das Besondere an unseren Mangostreifen Bio?

Getrocknete Mango haben einen reduzierten Wasseranteil und daher eine hohe Nähr- und Mikronährstoffdichte. Auch der aromatische, süße Mango-Geschmack kommt so noch intensiver heraus. **Als Naturprodukte enthalten die Trockenfrüchte reichlich Kalium, Eisen, Zink und Magnesium.** Den natürlich vorkommenden Fruchtzucker braucht man übrigens nicht zu fürchten – in Verbindung mit den enthaltenen Ballast- und Mikronährstoffen verursacht dieser deutlich geringere Blutzuckerschwankungen als industrielle Süßigkeiten.

Wie werden Mangostreifen Bio verwendet?

Durch ihr angenehmes Zucker-Säure-Verhältnis sind die Mangostücke eine leckere Zwischenmahlzeit. Sie liefern uns schnelle Energie durch natürlichen Fruchtzucker und wertvolle Mikronährstoffe. Aber getrocknete Mangostreifen Bio können auch in der kalten Küche verwendet werden, zum Beispiel für die Zubereitung von selbstgemachten Müslimischungen, Süßspeisen, Obstsalaten oder Desserts. Natürlich eignen sich die getrockneten Früchte auch als Zutat für saftige (Rohkost-)Kuchen, fruchtige Chutneys oder exotische Curries. Wer mag, kann die Mangostreifen Bio vor dem Verzehr einweichen, um sie etwas weicher zu machen. Wir haben für Sie einige Rezeptvorschläge zum Ausprobieren gesammelt. Eines steht fest – die getrocknete Mango ist so vielfältig, dass Ihnen die Ideen damit sicher nicht ausgehen :)

Rezepttipp mit Mangostreifen Bio: Obstsalat mit Orangen und Bananen

Zutaten für 4 Portionen

- 100 g Bio Mangostreifen getrocknet
- 2 Äpfel
- 2 Orangen
- 2 Bananen
- Saft von ½ Zitrone
- Agavendicksaft
- Bourbon-Vanille
- 2 EL Zedernüsse

Topfruits

Zubereitung

1. Weichen Sie zunächst die Bio Mangostreifen ca. 2 Stunden lang in Wasser ein, damit sie weicher werden.
2. Schneiden Sie dann Äpfel, Orangen und Bananen in kleine Stücke, beträufeln diese mit Zitronensaft und schmecken das Obst anschließend mit Vanille und Agavendicksaft ab.
3. Als Nächstes rösten Sie die Pinienkerne an und streuen diese über den Obstsalat.
4. Zuletzt die Mangostreifen dazugeben. Fertig!

Wissenswertes zu Mangostreifen Bio

Warum unsere Mangostreifen Bio so besonders sind: Der Weg von der Frucht zum Snack

Mangos gehören zu den Sumachgewächsen und gedeihen bevorzugt in den tropischen Regenwäldern Westafrikas und Südostasiens. Dort finden die Mangobäume ideale Wachstumsbedingungen vor: viel Sonne, Wärme und häufige Regenfälle. Mangobäume sind immergrüne Pflanzen und wachsen sehr schnell. So können sie bis zu 40 Meter hoch werden und mehrere hundert Früchte auf einmal tragen. Aus den Blüten reifen mit der Zeit die Mango-Früchte heran. Junge Mangos sind zunächst grün und nehmen gegen Ende des Reifeprozesses eine dunkelgelbe bis orangerote Farbe an. Für unsere Mangostreifen werden nur vollreife Mangos verwendet. **Diese Mangos zeichnen sich durch ein besonders aromatisches und faserarmes Fruchtfleisch aus.**

Herkunft, Anbau und Verarbeitung unserer Bio Mangostreifen getrocknet



Dieses Bio Mango Produkt stammt aus diversen Bio Projekten in Burkina Faso. Diese Projekte sorgen für Arbeit und fairen Lohn von hunderten von Familien. Die frischen Mangos werden von den Bauernkooperationen unter der Einhaltung von streng kontrollierten Bio-Richtlinien ökologisch erzeugt. Auf den Einsatz von Dünger und Pflanzenschutzmittel wird während des gesamten Anbauprozesses verzichtet. **Sobald die Vollreife erreicht ist, werden die Früchte geerntet und in Handarbeit geschält, geschnitten und sofort schonend getrocknet.** Weil diese Arbeitsschritte per Hand durchgeführt werden, können die Streifen unterschiedlich groß sein. Abgesehen von der Trocknung erfolgen keine weiteren Verarbeitungsstufen. Die Mangos bleiben deshalb frei von jeglichen Zusätzen und enthalten nur den natürlichen Fruchtzucker. So stellen wir sicher, dass Sie mit unseren Mangostreifen ein **absolutes Naturprodukt** in den Händen halten.

Jetzt Bio Mangostreifen kaufen & exotischen Genuss erleben!

Entdecken Sie die natürliche Süße und das intensive Aroma unserer **Mangostreifen Bio** – ein gesunder Snack für jeden Tag. Jetzt bestellen und die tropische Fruchtvielfalt genießen!

Allgemeine Hinweise zu Topfruits Mangostreifen Bio

Inhalt: 100 % naturbelassene Mango* getrocknet und in Stücke geschnitten. - **aus kontrolliert biologischem Anbau*
Lagerung: Kühl, trocken und dunkel, in dicht schließendem Behälter.
Verpackung: 500 g im PP-Beutel, 1 kg im Vakuumbeutel

Leckere Rezepte mit Mangostreifen getrocknet von Topfruits

Topfruits

Kokosjoghurt mit getrockneter Mango und Kokoschips

Zutaten für 2 Personen:

- 50 g Mangostreifen getrocknet
- 25 g Kokoschips
- 300 g Kokosjoghurt

Zubereitung:

Die getrockneten Mangostreifen in Wasser einweichen (am besten einige Stunden oder über Nacht). Den Kokosjoghurt auf zwei Schüsseln aufteilen. Die eingeweichten Mangostreifen in kleine, mundgerechte Stücke schneiden und in den Joghurt geben. Alles miteinander vermischen. Zum Schluss mit Kokos-Chips garnieren und genießen.

Chia-Pudding mit Mangostreifen Bio

Zutaten für 2 Portionen:

- 4 EL Chiasamen
- 200 ml Mandeldrink oder ein anderer Pflanzendrink nach Wahl
- 1 TL Agavendicksaft oder 2 Datteln püriert
- 100 g Bio Mangostreifen getrocknet
- 100 g Macadamianüsse



Zubereitung:

Chiasamen ca. 10 Minuten im Mandeldrink aufquellen lassen. In der Zwischenzeit die Bio Mangostreifen in Wasser einweichen, sodass die getrockneten Früchte gerade so bedeckt sind. Macadamianüsse klein hacken. Nach der Quellzeit den Agavendicksaft oder die pürierten Datteln zu den Chiasamen dazugeben und gut vermischen. Die eingeweichten Mangostreifen Bio abschütten und das Einweichwasser auffangen. Anschließend die weichen Mangostreifen zusammen mit etwas Einweichwasser pürieren, sodass eine dicke Soße entsteht. Die Mangosoße auf zwei Behälter verteilen und den Chia-Pudding darauf geben. Alles mit den kleingehackten Macadamianüssen bestreuen.

Zum Produkt

Nährwertangaben zum Produkt "Mangostreifen Bio kbA, ungeschwefelt, ungezuckert, faserfrei"

Unzubereitet pro 100 g	
Brennwert kj	1350 kj
Brennwert kcal	322 kcal
Fett	0.9 g
davon gesättigte Fettsäuren	0.5 g
Kohlenhydrate	72 g
davon Zucker	56 g
Eiweiß	2.0 g
Salz	<0.1 g

Zusätzliche Informationen

Die Nährwerte unterliegen natürlichen Schwankungen.