

Goldene Milch

FÜR 4 PERSONEN

ZUBEREITUNGSZEIT: 10 MINUTEN, VEGAN

500 ml Pflanzenmilch (Mandelmilch,
Sojamilch oder auch Hafermilch)
1 Stück frischen Kurkuma
1 Stück frischen Ingwer
½ TL Zimt
1 EL Apfeldicksaft

Kurkuma und Ingwer klein hacken. (Achtung der Kurkuma färbt stark ab, am besten nur ein altes Messer und Brettchen verwenden.) Die Milch in einen Topf geben und alle anderen Zutaten ebenfalls dazugeben. Kurz aufkochen lassen und für ca. 5 – 8 Minuten leicht köcheln. Die Milch auf Tassen verteilen und gegebenenfalls mit etwas Zimt bestreuen.



AUS DEM VORRATSSCHRANK:

- ZIMT

EINKAUFLISTE:

- MANDEL-, SOJA- ODER HAFERMILCH
- APFELDICKSAFT
- FRISCHEN INGWER
- FRISCHEN KURKUMA