

Mandelmilch

Zutaten für 4 Personen

Zubereitungszeit 5 Minuten

Schwierigkeit einfach

Zutaten

200 g Mandeln
1000 ml Wasser
1 TL Agavendicksaft
1 Prise Zimt



Zubereitung

Mandeln über Nacht in einer Schale mit Wasser einweichen. Morgens das Wasser abgießen, die Mandeln im Mixer fein mahlen. Das Mandelmus mit 1 Liter frischem Wasser aufgießen. Alles gut mit einem Mixer durchmischen. Nach Geschmack Agavendicksaft oder Gewürze wie eine Prise Zimt hinzufügen. Danach die Masse durch ein Baumwolltuch oder ein feines Sieb filtern. Die selbstgemachte Mandelmilch hält sich im Kühlschrank bis zu vier Tage. Schmeckt im Müsli, Smoothie und Kaffee.