

Goldene Milch

Zutaten:

- 1 Tasse Mandelmilch (oder eine andere Pflanzenmilch)
- 1 Teelöffel Kurkumapulver
- 1 Teelöffel Ingwerpulver
- 1 Teelöffel Zimtpulver
- 1 Prise gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1 Teelöffel Ahornsirup oder Agaven Dicksaft
- 1 Teelöffel Kokosöl
- Ein paar Tropfen Vanilleextrakt oder frische Vanille
(Alternativ geht auch Sirup)
- Eine Prise Meersalz



So wirts gemacht:

1. In einem kleinen Topf die Mandelmilch erhitzen, aber nicht zum Kochen bringen.
2. Kurkumapulver, Ingwerpulver, Zimtpulver, schwarzen Pfeffer, Kokosöl, Ahornsirup , Vanilleextrakt und eine Prise Meersalz hinzufügen.
3. Alles gut umrühren, bis sich die Gewürze vollständig aufgelöst haben und eine goldene Farbe entsteht.
4. Die Goldene Milch in eine Tasse gießen und nach Belieben mit einer Prise Zimt oder Kurkuma bestreuen.
5. Heiß genießen und die wohltuenden Eigenschaften der Gewürze und Pflanzenmilch genießen.

