

Mandlové mléko

Kategorie: [Nápoje](#)

Autor: afaltynkova



Suroviny

Porce: 2

- Loupané mandle 100 g
- Voda 150 ml
- Med 20 g
- Sůl 2 špetka

Doba přípravy: 5 min

Obtížnost: Snadné

Způsob přípravy: Mixování, mletí

Země: Česká republika

Počet porcí: 2

Postup:

Mandle spaříme horkou vodou, ochladíme a oloupeme. Mandle, sůl, med a vodu asi 50 °C teplou v mixéru důkladně rozmixujeme. Mléko můžeme rozředit na požadovanou hustotu vlažným kravským nebo sójovým mlékem či vodou, přisladit nebo jinak ochutit. Podáváme k přesnídávkě jako výživově bohatý nápoj.