Domowe mleko migdałowe - przepis na napój

Barbara Strużyna

Polecane na: **napoje**

Warto wiedzieć:

20 min | łatwy | 4 porcje

Składniki:

- migdały - 1 szklanka
- woda źródlana - 5 szklanka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Migdały zalewamy 1 szklanką wody. Jeżeli są w skórce, po kilkunastu minutach możemy ją ściągnąć (lub ściągnąć po namoczeniu), skórka nie zmienia smaku ani koloru mleka. Zalane migdały namaczamy przez kilka godzin najlepiej przez całą noc.

KROK 2: Namoczone migdały odcedzamy i wkładamy do blendera, zalewamy szklanką wody i miksujemy przez chwilę. Dolewamy pozostałe 3 szklanki wody i miksujemy.

KROK 3: Po dwóch minutach miksowania otrzymujemy biały płyn przypominający spienione mleko.

KROK 4: Na miseczkę kładziemy sitko i wykładamy je gazą lub pieluchą i przelewamy zmiksowane migdały. Najlepiej zrobić to etapami, bo mleko przecieka powoli. Na końcu możemy zwinąć końce gazy i wycisnąć resztki płynu.

KROK 5: Z podanych składników otrzymamy 4 szklanki napoju i kulkę wytłoczyn migdałowych. Mleko migdałowe możemy przetrzymywać w lodówce do 48 godzin.

KROK 6: Wyśmienite do picia i jako baza koktajli, budyni. Odsączone migdały możemy wykorzystać do owsianki, sernika lub innych ciast.