



Gewürzmühle

Brecht

GOLDENE MILCH

GESUNDES TRENDGETRÄNK

MATCHA-GRANITA

COOLER SOMMER-GENUSS



GOLDENE MILCH

AYURVEDISCHE ZUBEREITUNG

Für 1-2 Personen

Zubereitungszeit:

10 Minuten

ZUTATEN

2 TL Brecht Kurkuma Latte

120 ml Wasser

1 TL Kokosfett

250 ml Pflanzenmilch

ZUBEREITUNG

1. 2 TL Brecht Kurkuma Latte mit 120 ml kaltem Wasser mischen, zum Kochen bringen und unter Rühren eindampfen lassen, bis eine Paste entsteht.

2. 1 TL dieser Paste und 1 TL Kokosfett in 250 ml erhitzte Pflanzenmilch (Mandel-, Hafer- oder Sojamilch eignen sich gut) einrühren. Bei ungesüßter Pflanzenmilch gegebenenfalls nachsüßen.

Hinweis: Gewürze lösen sich nicht vollständig auf.

TIPP: Die Paste ist im Kühlschrank ca. 1 Woche haltbar.

MATCHA-GRANITA

Für 4 Personen

Zubereitungszeit:

10 Minuten + 3 Stunden Gefrierzeit

ZUTATEN

500 ml Wasser (aufgekocht und 5 min abgekühlt)

2 TL Brecht Matcha Latte

80 g Honig

80 ml Zitronensaft (frischgepresst oder 100 % Direktsaft)

ZUBEREITUNG

1. Brecht Matcha Latte-Pulver in eine Schüssel geben, 3 EL vom dem heißen Wasser dazugeben und kräftig verrühren, bis keine Klümpchen mehr vorhanden sind (am besten mit einem Matcha-Besen, alternativ mit einem Schneebesen). Mit dem restlichen heißen Wasser aufgießen, Honig dazugeben, wieder kräftig verrühren, bis sich der Honig aufgelöst hat. Dann den Zitronensaft unterrühren.

2. Die Matcha-Honig-Zitrone-Lösung in ein großes flaches Gefäß gießen, gut auskühlen lassen, anschließend in das Gefrierfach stellen. Nach ca. 45 Minuten, die oberste Eisschicht aufkratzen und mit der noch nicht gefrorenen Flüssigkeit verrühren. Nach ca. 2-3 Stunden sollte der Inhalt gefroren sein.

3. Mit einer Gabel an der oberen Schicht der gefrorenen Matcha-Masse kratzen, um die gewünschte Konsistenz zu erhalten.

TIPP: Mit Kirschen und Minzblättern dekorieren.