



MANDULATEJ

HOZZÁVALÓK

- 220 g mandula
- 660 g víz
- 4 kimagozott datolya
- 1/2 tk természetes vanília kivonat

ELKÉSZÍTÉS

1. Helyezzen egy nagy kerámia vagy üvegtálat a keverőedény fedelére, és mérjen bele mandulát és vizet. Tegye félre 1 órára ázni.
2. Tegye az összes hozzávalót, beleértve a mandulát és az áztatóvizet is a keverőedénybe, és turmixolja sűrűre és krémesre **2 p/9-es fokozaton.**
3. Öntse a keveréket növényi tej készítő szűrőzsákba vagy muszlinzövetbe, és erősen nyomja össze, hogy a tejet egy nagy kancsóba vagy üvegtálba tudja passzírozni. Tegye el a megmaradt mandulapépet (lásd Tippek), és szükség szerint használja a tejet.

TIPPEK

- A mandulatej 2 napig eláll a hűtőszekrényben.
- Használja a maradék mandulapépet süteményekben, kenyerekben, turmixokban vagy fehérjegyókok alapjául.
- A mandula fehérje- és kalciumforrás egyaránt.
- Ez a recept összesen 525 gramm tejet tesz ki.



Előkészítés
5 perc



Teljes idő
1 óra 5 perc



Nehézségi fok
könnyű



Adag
6 pohár