



Goldene Milch (Kurkuma-Latte)

Zutaten für 2 Gläser:

400 ml Milch 1,5 % Fett
1 TL Kurkumapulver
5 Kapseln Kardamon
1 Zimtstange
1/2 Vanilleschote
10 g Ingwer frisch
2 TL Honig
1 EL Kokosöl

Zubereitung:

Kardamonkapseln und Zimtstange im Mörser grob zerstoßen. Inger (gerne mit Schale) in feine Würfel schneiden. Die Zutaten aus dem Mörser, mit Ingwer und Kurkumapulver mit der Milch in einen Topf geben. Die Vanilleschote aufschneiden, auskratzen und die Schote, sowie das ausgekrazte Mark zur Milch geben. Alles zusammen für 10 Minuten köcheln lassen. Am Ende den Honig, sowie das Kokosöl hinzugeben und durch ein sehr feines Teesieb in Gläser gießen.



Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht LelaLecker eure Küchenfee aus Hohenlohe!

www.lalalecker.de