

MIGDOLŲ PIENAS

Receptai - Receptai

Parašė zaliavalgis.lt

Penktadienis, 2017 Spalis 20 17:34



Reikės:

- * 1 stiklinės per naktį mirkytų migdolų riešutų;
- * 3 stiklinių vandens;
- * žiupsnio Himalajų druskos (nebūtina);
- * 2-3 datulių (nebūtina jei nenorite saldžiau);
- * gabalėlio vanilės lazdelės (nebūtina);
- * maišelio augalinio pieno gamybai.

Gaminimas:

Nulupame mirkytų migdolų riešutų odeles. Į Vitamix smulkintuvą pilame vandenį, dedame nuluptus riešutus, datules bei prieskonius ir gerai viską sublenderiuojame. Gautą skystį pilame į augalinio pieno maišelį ir kaip įmanoma sausiau nusunkiame.

Pastabos:

* Likusias riešutų išspaudas galima panaudoti jas dedant į košę, pyragą ar kokteilį. Sumaišius su agavų sirupu galima naudoti kaip saldų pagardą lietiniams arba kaip užtepėlę.

Skanaus!

Už receptą ir nuotrauką dėkojame: FB "Veganiški receptai"

{JFBCGraph image=<https://www.zaliavalgis.lt/images/stories/pa202623.jpg>}

Atnaujinta Sekmadienis, 2017 Spalis 22 20:03