Unsere Rezeptidee mit dem

Gewürz DES MONATS

11/23

BOOMERS GOURMET

Kurkuma Latte

Goldene Milch

CITTI

Markt der Lebensfreude

BOOMERS GOURMET

Kurkuma Latte – Goldene Milch

Dieser köstliche Trank hat eine jahrhundertealte Tradition im Ayurveda, der traditionellen indischen Heilkunst, die den Menschen als Einheit sieht und einfach übersetzt „Wissen vom Leben" heißt. Doch vor allem schmeckt die Goldene Milch einfach klasse!

Zubereitungstipp:

Für eine Tasse 1 TL mit 250 ml (Pflanzen-) Milch vermengen und 30 Sek., z.B. mit einem Milchaufschäumer, schaumig schlagen. Schmeckt pur oder leicht gesüßt mit Honig, Kokosblütenzucker oder dem leckeren Muscovado Zucker.

Wir empfehlen eine Goldene Milch pro Tag!

Probieren Sie diese Gewürzsymphonie aus Kurkuma, Zimt, Ingwer, Muskatnuss, Kardamom und Pfeffer auch für selbstgemachtes Eis, Smoothies, Porridges und vieles mehr!