

Ореховое молоко

Вам понадобится

Миндаль сырой	200 г
Вода фильтрованная	1 л
Финики	30 г
Соль морская	щепотка
Экстракт ванильный	5 мл

Приготовление

- 1 Миндаль замочить в холодной воде на 8-12 часов, затем слить воду и промыть. У фиников удалить косточки, затем замочить в теплой воде на 15 минут.
- 2 Поместить набухший миндаль в большую чашу, добавить 500 мл свежей фильтрованной воды. Взбивать 2-3 минуты до получения мелкой крошки. Добавить оставшуюся воду, финики, соль и ванильный экстракт. Взбивать еще 1-2 минуты. Процедить через марлю или мелкое сито, отжимая мякоть. Полученное молоко перелить в стеклянную бутылку
- 3 Охладить и хранить в холодильнике до 3 дней. Перед употреблением взболтать