

Iskaffe

ISKAFFE

Ger ett glas

TILLAGNINGSTID:

2 minuter*

4-6 iskuber med kaffe

2 dl mandelmjök alt. annan valfri nötmjök

EVENTUELL SMAKSÄTTNING

Äkta vaniljpulver

Raw kakao

Lönnsirap

Mald kardemumma

*Förberedelserna med att brygga och frysa in kaffe är ej medräknad.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore.

Iskaffe

Iskaffe

Ett glas med svalkande Iskaffe i skuggan tillsammans med en bra bok en varm och härlig dag, då är sommaren som bäst!

Svalkande och gott

När sommardagarna är varma får man göra allt man kan för att svalka sig. Bada, sitta i skuggan och inte glömma att fylla på rikligt med vatten och annat som svalkar gott.

Ett glas med ljuvligt Iskaffe att njuta av i skuggan är precis vad man behöver dessa varma sommardagar!

Smaksättning av iskaffe

Njut av ditt Iskaffe precis som det är eller varför inte testa och smaksätta kaffet med lite äkta vaniljpulver, raw kakao, lönnsirap, mald kardemumma eller varför inte en kombo av några!

Så här gör du

- Frys in kallt starkt kaffe i iskubbsformar

Vid servering

- Lägg ner önskad mängd iskuber med kaffe i en kopp
- Häll på mandelmjök
- Tillsätt eventuell smaksättning
- Rör om och njut!

Tips! Om man inte är förtjust i kaffe kan man byta ut det mot ett starkt och gott te som man fryser in istället.



Iskaffe

Gör din egen mandelmjök

Det finns många varianter på mandelmjök ute i butikerna och en del innehåller tyvärr allt för många onödiga tillsatser.

Att göra sin egen mandelmjök är alls inte svårt, här hittar du vårt recept på [hemmagjord mandelmjök](#).

Svalkande och goda recept

Vill du njuta av ännu fler svalkande och goda recept under de varma och härliga dagarna så kan vi rekommendera:

- [Vattenmelonsdröm](#)
- [Hallonsorbet](#)
- [Kaffesmoothie](#)

Tid att njuta!

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboks författare samt hälso- och matinspiratörer.

Ren och naturlig mat ligger oss varmt om hjärtat. Vi har funnit vår väg till hälsa genom Paleo och brinner nu för att hjälpa andra med kost och hälsa genom ett ursprungsperspektiv.
