

Mandelmjök

MANDELMJÖLK	
För 4 dl mandelmjök	
2 dl	mandel
4 dl	vatten
HUSGERÅD	
Matberedare	
Sil	
Glasburk	

Mandelmjölk

Mandelmjölk

Så här gör du

- Blötlägg mandlar (länk till [blötläggning av nötter finns här](#))
- Häll ner mandlarna och vattnet i en mixer/matberedare
- Mixa allt i 1 – 2 minuter (väl mixat)
- Låt stå och dra under ungefär 30 min
- Sila av ”mandelmixen”
- Häll upp på en flaska (tät förslutande behållare)

Klart – förvara din mandelmjölk i kylskåp. Håller minst en vecka i kylan.

[Mandelmjölk 2](#) Recipe type unknown

Tips

Ta tillvara på ”mandelmixen” som du silat bort. Denna kan användas när du bakar, som smaksättning i glass eller liknande. Frys in ”mandelmixen” i decilitervolymeter så är det bara att plocka upp lagom mängd.

Man kan även smaksätta mandelmjölk. Lägg ner några (urkärnade) färska dadlar innan du mixar ock låt dessa gå med, blir en väldigt god smak. Man kan också använda [äкта vaniljpulver \[shoppingcarticon\]](#) eller liknande. Bara att prova sig fram.

Paleo så gott och så enkelt!
Magnus & Jenny

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore.se \[shoppingcarticon\]](#)