

Te latte

TE LATTE

För 1 person

TILLAGNINGSTID:

5 minuter

2 dl vatten

1 tsk te

1 st ägg

2 msk kokosolja

SMAKSÄTTNINGAR

Efter tycke & smak raw kakao

Efter tycke & smak mald kanel

Efter tycke & smak mald kardemumma

HUSGERÅD

Kastrull

Tesil

Måttats

Mixerkan

Stavmixer

Allergiinformation: Receptet innehåller ägg.

Inlägget innehåller reklam genom annonslänkar för Bodystore, Hemköp och Cervera.

Te latte

Te latte

En Te latte som fungerar fint som ett mellanmål, före eller efter träning eller när man bara önskar något gott och värmande att dricka.

Prova gärna att smaksätta din Te latte, du hittar flera tips i ingredienslistan.

Så här gör du

- Koka upp vattnet (ska vara riktigt hett)
- Låt sedan teet dra i vattnet ganska länge så att det blir mycket smak, vi använder oss av [ekologisk Grönt te](#)
- Smält [kokosolja](#)
- Knäck ägget i en hög mixerkanna och tillsätt den smälta kokosoljan
- Mixa samman med en [stavmixer](#)
- Håll på det varma teet och eventuell smaksättning
- Mixa igen, om du vill ha lite mer skumt så mixa längre
- Häll över i ett glas

Servera och Njut!

Vi vill även tipsa om vår goda [Paleokaffedrink](#), där hittar du även ett Youtubeklipp på hur man gör den smarriga drinken.

Paleo så gott och så enkelt

PS: vissa av ingredienserna är länkade till webbutiken [Bodystore](#), [Hemköp](#) och husgeråden är länkade till webbutiken [Cervera](#)



Paleo för ett hälsosammare liv!

Jenny & Magnus Andersson

Licensierade kostrådgivare inom Paleo och lågkolhydratkost, kokboksförfattare 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.
