

Goldene-Milch-Porridge

2 Portionen

Zutaten

- 40 g Pecannüsse
oder 40 g Walnusshälften
- 5 Pfefferkörner, schwarz
- 15 g Ingwer, frisch, in dünnen Scheiben
- 400 g Mandeldrink, ungesüßt
- 80 g Haferkleie
- 1 geh. TL Solis Golden Milk
- 2 EL Kokosöl
- 4 EL Ahornsirup

Zubereitung

1. Nüsse in den Mixtopf geben, 3 Sek./Stufe 4.5 zerkleinern und umfüllen.
2. Pfefferkörner in den Mixtopf geben und 10 Sek./Stufe 10 zerkleinern.
3. Ingwer zugeben, 3 Sek./Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
4. Dann erneut 2 Sek./Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
5. Mandeldrink, Haferkleie, Solis Golden Milk, 1 EL Kokosöl und 2 EL Ahornsirup zugeben und 8 Min./90°C/Stufe 1 kochen. Porridge auf 2 Schüsseln verteilen, mit frischen Früchten, Nüssen, Amaranth und/oder Dattelsirup etc. servieren.

[Link zum Produkt Solis Golden Milk](#)

