

## **Goldene Milch (1)**

Zutaten

1 TL

200ml

Spicy's Goldene Milch

Milch

Zubereitung

1 TL Spicy's Goldene Milch in 200ml Milch einrühren, erwärmen, ggf. süßen und einfach genießen. Die goldene Milch ist auch zum Kochen und Würzen von Reis und Gemüse zu verwenden.

Guten Appetit!

## **Goldene Milch (2) (mit Kokos und Pfeffer)**

Die Goldene Milch ist ein sagenhafter Schlummertrunk.

Bei dieser Variante dieses bekömmlichen Getränks wird eine Hälfte Kokosmilch mit einer Hälfte normaler Milch erhitzt (pflanzliche Varianten wie Soja- oder Mandelmilch eignen sich auch). Ein Esslöffel geschmolzenes Kokosöl sowie etwas Süße in Form von Agavendicksaft, Zucker oder Zuckerersatz wie Stevia kommen hinzu und werden von Kurkuma, Koriander, Ingwer und Zimt begleitet (davon reicht jeweils eine Messerspitze). Ein wahres Gewürz-Feuerwerk!

Aufgeschäumt mit einem Milchaufschäumer oder Hochleistungsmixer ist dieses Getränk der Hit.

## **Kurkuma Latte**

1 Teelöffel Goldene Milch Gewürzmischung in 100ml warme Milch (Kuhmilch oder pflanzl. Milch zb. Mandelmilch) einrühren. evtl. aufgeschäumte Milch hinzugeben.