| AUFWAND | KOCHDAUER | SAISON | HERKUNFT |
|---|---|---|---|
| mittel | 30 Min. | ganzjährig | international |

# MANDELMILCH



## KURZ VORGESTELLT

Für vegan Lebende und Personen mit einer Milchunverträglichkeit ist Mandelmilch die Lösung. Nüsse spielten in vielen mittelalterlichen Gerichten eine wichtige Rolle, insbesondere gemahlene Mandeln, die man zum Andicken von Saucen verwendete oder zu Mandelmilch verarbeitete. (+8 Std. einweichen)

## ZUTATEN (4 PERSONEN)

| | | | |
|---|---|---|---|
| 100 g | Mandeln, geschält | 4 dl | Wasser |
| | | 12 | Datteln, entsteint |

## ZUBEREITUNG

1. Mandelkerne mit kaltem Wasser bedecken und 8 Std. bis max. 2 Tage zugedeckt im Kühlschrank ruhen lassen. Das Wasser während dieser Zeit zweimal erneuern. Je länger die Einweichzeit, desto intensiver der Geschmack. Wenn man die Häutchen nicht entfernt, wird der Geschmack intensiver.
2. Das Wasser anschliessend abschütten und die Mandeln in der Küchenmaschine mit frischem Wasser zu einer cremigen Milch verrühren. In einer verschlossenen Schüssel hält sich die Milch im Kühlschrank bis zu 3 Tage. Für eine Milch ohne Nussstückchen noch durch ein feines Sieb passieren.

TIPP: Nach der gleichen Methode lässt sich Haselnussmilch herstellen

Rezept: Katie und Giancarlo Caldesi. Die Küche Venedigs. Knesebeck 2014 - Foto: compactcook.com