

Mus truskawkowy

Wpisany przez Administrator
środa, 02 listopada 2016 14:57 - Poprawiony piątek, 30 grudnia 2016 14:50

Składniki:

Mrożone truskawki

Mleczko ryżowe

Ksylitol – do dosłodzenia w zależności od upodobania

Liście werbeny cytrynowej lub mięty



Przygotowanie:

Truskawki częściowo rozmrażamy, do momentu gdy pojawia się sok a owoce są jeszcze zimne i częściowo rozmrożone.

Mus truskawkowy

Wpisany przez Administrator

środa, 02 listopada 2016 14:57 - Poprawiony piątek, 30 grudnia 2016 14:50

Wrzucamy do blendera kilka owoców, dodajemy trochę soku, dodajemy świeże listki ziół i rozdrabniamy. Po zblendowaniu dodajemy pozostałe owoce do pojemności $\frac{3}{4}$ miski blendera, dodajemy ksylitol wlewamy sok i blendujemy, dolewając mleczko ryżowe do momentu uzyskania odpowiadającej nam konsystencji. Przy mniejszej ilości dodanego mleczka uzyskamy mus do jedzenia łyżeczką przy większej ilości mleczka mus do picia.

Mus może być podstawą do przygotowania napoju w wersji dla dorosłych, po dodaniu likieru migdałowego lub orzechowego.