

Llet d'avel·lanes

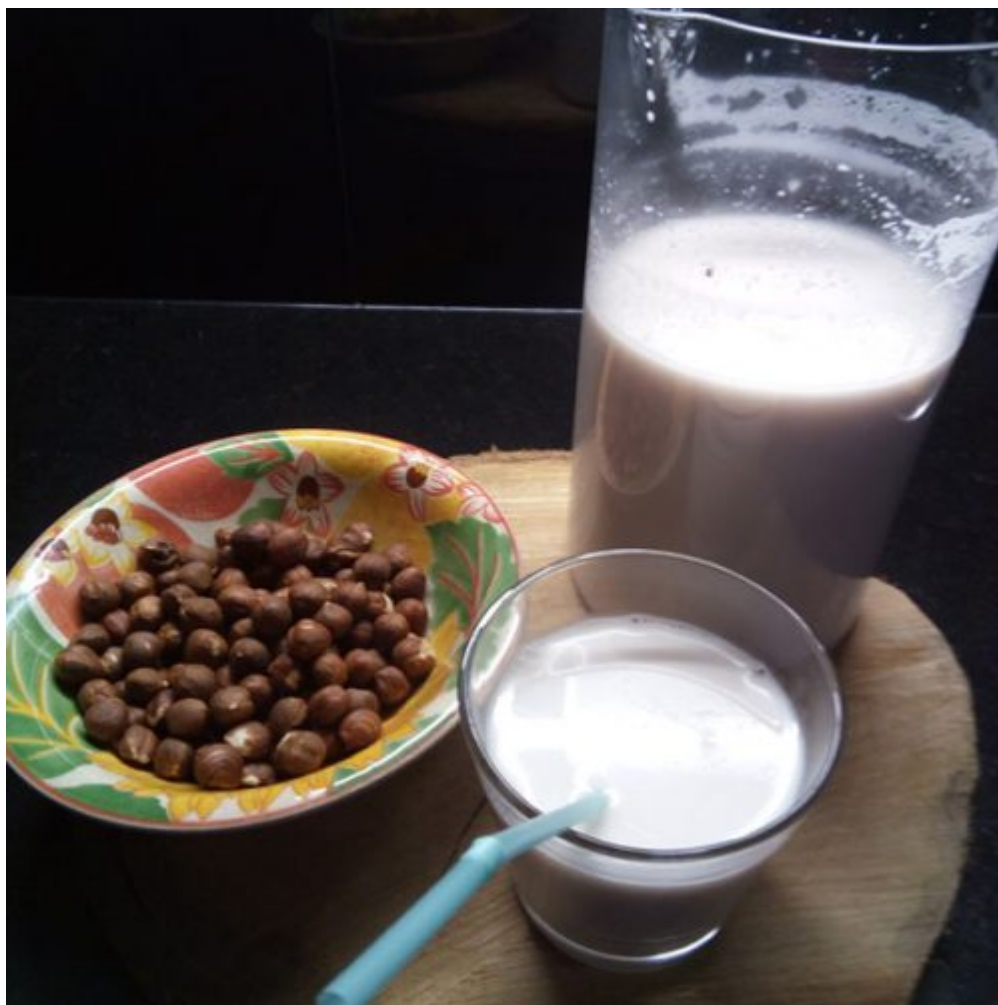
Ja has provat ha fer llets vegetals amb Thermomix?

Res es més fàcil, sa i econòmic.

Pots fer les teves mescles i endolcir-l'amb el que vulguis.

Et farà falta un drap de cotó per filtrar-ho, jo utilitzo un recipient que vaig comprar en el supermercat Lidel, que va molt bé. Però si no ho tens, amb el drap i el cistellet també va bé.





INGREDIENTS

- 130 g d'avellanes crues
- 2000 g d'aigua mineral
- 50 g de sucre (pots variar la quantitat de sucre, al teu gust)
- 1-2 culleradeta de sucre vainillat (opcional)
- 1 cullerada d'oli de girasol
- 1 pesic de canyella mòlta

PREPARACIÓ

1. Posa les avellanes en remull en 500 g d'aigua d'un dia per a un altre (unes 8 hores)
2. Posa en el got les avellanes escorregudes, el sucre, el sucre vainillat, l'oli, la canyella i 500 g d'aigua i tritura **1 min/vel 10**.
3. Afegeix 1000 g d'aigua i barrege **20seg/vel 4**. Filtra la

beguda a través d'una gasa o drap fi de cotó col·locat en el cistell, estrenyent bé per separar el líquid de la polpa.

4. Aboca a una ampolla . Serveix o reserva a la nevera.
5. Pots servir la beguda d'avellana freda o calenta.