Domácí ovesné mléko

Časová náročnost: minut

Seznam přísad

1 hrnek	předem namočené ovesné vločky
5 ks	předem namočené datle bez pecky
5 hrnků	voda
trochu	vanilkový extrakt



Postup přípravy

Vločky a datle si předem namočíme do vody. Poté vodu slijeme a vločky s datlemi přendáme do mixéru. Přilijeme vodu a mixujeme na plné obrátky 1 až 2 minuty. Přecedíme přes sítko či textílii, podle chuti přidáme vanilkový extrakt a vzniklé ochucené ovesné mléko přelijeme do skleněné lahve. Pozor, v lednici vydrží maximálně pár dní, proto raději brzy spotřebujeme.

Poznámka: *Ovesné mléko můžeme použít do kávy či snídaňové kaše, ale i při pečení palačinek (jako náhradu kravského mléka) či jen tak na pití.*