Goldene Milch

Das Rezept für die goldene Milch ist ein schmackhaftes Heißgetränk. Das enthaltene Kurkuma wirkt z.B. entzündungshemmend und ist somit gut für den Körper.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 5 min

Gesamtzeit: 5 min



Zutaten

250 ml	Milch
1 Packung	Vanillezucker
1 Prise	Ingwerpulver
1 TL	Kurkuma
0.5 TL	Zimtpulver

Zubereitung

1. Für die **goldene Milch**, zuerst die Milch in einen kleinen Topf geben.

2. Dann den Vanillezucker, das Ingwerpulver, den Zimt und das Kurkuma hinzufügen und verrühren.

3. Nun die Milch unter Rühren zum Kochen bringen und ca. eine Minute köcheln lassen.

4. Die Milch anschließend in eine hitzebeständige Tasse geben und heiß genießen.

Tipp

Es empfiehlt sich die goldenen Milch vor dem Verzehr durch ein Haarsieb zu gießen, da eventuelle manche Gewürze etwas gröber gemahlen sind und sich am Tassenboden absetzen könnten.