

Ingwer- Honig- Milch



ZUTATEN FÜR 2 TASSEN:

50 g BIO SONNE Ingwer
200 ml Wasser
1 EL COOK! Kurkuma gemahlen
1 TL COOK! Zimt gemahlen
1 Prise Salz
600 ml LANDFEIN Milch
2 EL BIO SONNE Honig

ZUBEREITUNG:

1. Den Ingwer fein reiben, zusammen mit Zimt, Kurkuma, Salz und Wasser in einen Topf geben und einmal aufkochen.
2. Danach für 8–10 Minuten bei geringer Hitze köcheln, bis die Mischung reduziert ist.
3. Anschließend die Milch zusammen mit dem Honig einmal aufkochen und die Würzmischung einrühren – heiß servieren!