

## „Goldene Milch“ (Kurkuma-Latte)



### Zutaten

- 1 Glas Milch (vegane Alternative: Mandel- oder Hafermilch)
- 1 Teelöffel Kurkuma-Paste
- etwas Ghee (geklärte Butter) oder Mandelöl
- 1 Prise Pfeffer

### Zubereitung

Die Milch schonend erhitzen und mit der Kurkuma-Paste vermengen. Mit dem Pfeffer abschmecken und zum Schluss einen Tropfen Mandelöl oder Ghee hinzugeben. Voilà! Fertig ist der perfekte Feierabend-Drink für kalte Tage!

Übrigens: Kurkuma-Paste ist ganz leicht selbst herzustellen: Einfach gemahlenes Kurkuma mit der dreifachen Menge Wasser vermischen und so lange köcheln lassen, bis eine Paste daraus geworden ist.