



AGNIESZKA KUŁAGA

DOMOWY JOGURT KOKOSOWY

Liczba porcji	Czas	Liczba kalorii	Białko	Węglowodany	Tłuszcze
10 os.	8h	192,9 kcal	1,1	2,7	18,8

Śmiem twierdzić, że to najsmaczniejszy jogurt jaki w życiu jadłam. Możecie mi nie wierzyć ale naprawdę zjadłam ich w życiu sporo.

SKŁADNIKI

- Litr Mleko kokosowe Real Thai
- łyżka Agar-agar
- łyżka Maranta trzcinowa
- łyżeczka Wanilia bourbon
- słoiczek Zakwaski Vivo (użyłam Simbilakt)
- łyżeczka Miód cynamonowy
- łyżeczka Inulina

PRZYGOTOWANIE

1. Mleko kokosowe umieścić w rondelku, podgrzać.
2. Agar-agar, marantę trzcinową rozpuścić dokładnie w mleku.
3. Po ostudzeniu mleka do 40 stopni dodać Zakwaski, miód oraz wanilię.
4. Całość dokładnie wymieszać i odstawić w kamiennym pojemniku w ciepłe miejsce.
5. Po około 8-10h gotowy jogurt włożyć do lodówki gdzie jeszcze bardziej zgęstnieje.