



AGNIESZKA KUŁAGA

ZŁOTA PASTA NA ODPORNOŚĆ

Liczba porcji
20 os.

Czas
20 min.

Naturalny antybiotyk. Może stanowić bazę dla curry a idealnie nada się do szybkiego przygotowania złotego mleka kokosowego.

SKŁADNIKI

- 5 kawałków Bio kurkuma świeża
- 2 cm Bio imbir świeży
- łyżka Bio kurkuma przyprawa
- łyżeczka Cynamon cejloński
- łyżeczka świeży pieprz
- łyżka Olej kokosowy nierafinowany
- 120 ml Woda

PRZYGOTOWANIE

1. Założyć rękawiczki!!
2. Kurkumę, imbir obrać i zblendować w Thermomixie (blenderze) wraz z dodatkiem świeżego pieprzu.
3. W rondelku zagotować wodę.
4. Dodać sproszkowaną kurkumę oraz cynamon.
5. Zredukować płyn aż do otrzymania gęstej pasty.
6. Na koniec dodać zblendowane świeże przyprawy oraz olej kokosowy.
7. Pastę przełożyć do szklanego pojemniczka.
8. Schłodzić i przechowywać do 3 tygodni w lodówce.