

## Hafermilch selber machen – mit dem Mixer

VORBEREITEN

5  
Min.

RUHEN

20  
Min.

ZUBEREITEN

10  
Min.

NIVEAU



extra cremige und homogene Ergebnisse

- 1 -

Weiche die Haferflocken für 20 Minuten in kaltem Wasser ein. Gieße sie dann ab und spüle sie mit frischem Wasser durch.

- 2 -

Fülle die Haferflocken zusammen mit dem Salz in einen Hochleistungsmixer und püriere sie, bis eine sämige Flüssigkeit entstanden ist und keine Stückchen mehr zu sehen sind.

### Zutaten 1 Liter

70 g zarte Haferflocken  
1 Prise(n) Salz  
1 l Wasser

**Besonderes Zubehör**  
Hochleistungsmixer

Die Regale im Supermarkt sind voll mit Hafermilch von verschiedenen Marken. Du stehst vor den ganzen Drinks und kannst dich nicht entscheiden? Welche Hafermilch **schmeckt gut**? Welche lässt sich aufschäumen? Was sind da für Zusatzstoffe drin? Um dir die Entscheidung leichter zu machen, für welche Hafermilch du dich entscheiden solltest, sage ich dir: nimm keine! **Hafermilch selber machen mit dem Mixer** ist nämlich ganz einfach. So stellen sich auch deine ganzen Fragen nicht mehr, denn du entscheidest, welche Zutaten du für deinen **Haferdrink** verwendest.

Wenn du deine Hafermilch mit einem Mixer herstellst, würde ich dir einen Hochleistungsmixer ans Herz legen. So ein Gerät bringt mit über 2 PS und 30.000 Umdrehungen pro Minute richtig Power mit und sorgt für



- 3 -

Lege zum Passieren der Hafermasse eine große Schüssel mit einem feinen Passier- oder Geschirrtuch aus und fülle die cremige Hafermasse vorsichtig ein.

## Hafermilch selber machen – mit dem Mixer



- 4 -

Nimm die Seiten des Passiertuchs zusammen und drehe sie fest ein. Drücke das Tuch während des Auswringens von beiden Seiten fest zusammen, damit die Hafermilch abtropfen kann.



- 5 -

Fülle die fertige Hafermilch ab, verschließe sie luftdicht und bewahre sie im Kühlschrank auf.