

Mandelmilch-Rezepte: 15 Ideen mit dem cremigen Pflanzendrink



Mandelmilch 15 cremige Rezepte

Mandelmilch gehört zu den beliebtesten Milchalternativen, weil sie besonders cremig, leicht süßlich und nussig schmeckt - so wie Mandeln eben schmecken. Unsere Foodblogger sind auch ganz begeistert und zeigen dir 15 Mandelmilch-Rezepte, in denen du den Mandelndrink einsetzen kannst. Ein Quelle der Inspiration für Menschen mit Laktoseintoleranz, die sich vegan ernähren oder einfach mal was Neues ausprobieren wollen. Von herzhaft bis süß - Pilzsauce, Smoothies und Porridge sind auch mit dem Pflanzendrink ein wahrer Genuss. Du kannst Mandelmilch auch ganz einfach selber machen, so bestimmst du Cremigkeit und Süße selbst. Probier's aus und lass dich von der Vielfalt der pflanzlichen Alternative überraschen.

Matcha-Mandel-Latte

Latte Macchiato war gestern! Der italienische Klassiker bekommt grüne Konkurrenz - Matcha-Mandel-Latte mit Mandelmilch und grünem Matchapulver. Sabrina stand dem gemahlene Tee erst skeptisch gegenüber, aber gab ihm eine Chance und möchte ihren Pflanzenlatte morgens nicht mehr missen. [Zum Rezept](#)



Matcha-Mandel-Latte © Sabrina Kiefer & Steffen Jost |
Feed me up before you go-go

Farfalle mit Champignonsauce

Einer cremigen Champignonsauce kann man nicht widerstehen, oder? Der Meinung ist Ela auch, jedoch bevorzugt sie die vegane Variante mit Mandelmilch. Ihr absoluter Geheimtipp: Weiche getrocknete Steinpilze in

Mandelmilch-Rezepte: 15 Ideen mit dem cremigen Pflanzendrink

Mandelmilch ein, püriere sie und rühre die Masse unter die Sauce - das gibt einen intensiven Pilzgeschmack. [Zum Rezept](#)



[Farfalle mit Champignonsauce](#) © Michaela Harfst | Transglobal Pan Party

Green Smoothie aus Spinat, Datteln und Mandelmilch

Shakefrühstück gefällig? Dieser grüne Smoothie braucht nur vier Zutaten, um dich fit für den Tag zu machen. Babyspinat, Bananen, Datteln und Mandelmilch sehen püriert nicht nur schön aus, sondern liefern dir auch wichtige Vitamine und Spurenelemente. [Zum Rezept](#)



[Green Smoothie aus Spinat, Datteln und Mandelmilch](#) © Anne Klein | frisch verliebt

Protein-Milchreis To Go

Das Gute am Milchreis ist, dass er warm und auch kalt fantastisch schmeckt. So kannst du ihn perfekt am Vorabend zubereiten und am nächsten Tag mit zur Arbeit nehmen. Das süße Frühstück to go kannst du nach Belieben toppen - Mara mag's mit Skyr, Beeren und Mandeln. [Zum Rezept](#)

Mandelmilch-Rezepte: 15 Ideen mit dem cremigen Pflanzendrink



Protein-Milchreis To Go © Tamara Staab | Maras Wunderland

Karamellige Vanille & Zimt Mandelmilch

Eine warme Milch am Abend ist immer eine gute Idee - oder auch am Morgen! Daniela und Michael machen ihre Mandelmilch gerne selber und verfeinern sie mit Medjool Datteln, Vanille und Zimt für einen besonders leckeren Drink, der immer schmeckt. [Zum Rezept](#)



Karamellige Vanille & Zimt Mandelmilch © Daniela & Michael Becker | flowers on my plate

Schoko-Bananen-Porridge-Bowl

Ein süßes Frühstück ist immer eine gute Idee, vor allem, wenn Schokolade drin ist und du es in wenigen Minuten schon verputzen kannst. Diese Porridge-Bowl lässt dich entspannt und gut gelaunt in den Tag starten. [Zum Rezept](#)

Mandelmilch-Rezepte: 15 Ideen mit dem cremigen Pflanzendrink



Schoko-Bananen-Porridge-Bowl © Sandy Rojo Cerezo | Wie Wo Was Ist Gut

Veganer Apfelkuchen

Ein Kuchen der immer gegessen wird? Ganz klar der Apfelkuchen. Dieses Zuckerstück ist auch noch vegan, da kann nun wirklich niemand mehr nein sagen. [Zum Rezept](#)



Veganer Apfelkuchen © Catrin Neumayer | Cooking

Catrin

Overnight-Schoko-Chiapudding

Schokolade zum Frühstück! Das klingt gut oder? Jenny hat einen genialen Overnight-Pudding mit Chia-Samen und Schokolade, der dich schon morgens so richtig glücklich macht. Mit frischem Obst hast du dann auch gleich ein paar frische Vitamine dabei. [Zum Rezept](#)



Overnight-Schoko-Chiapudding © Jennifer Stein | Tulpentag

Bananen-Mandel-Smoothie

Cremig, fruchtig, süß... richtig lecker also - so schmeckt Janines Bananen-Mandel-Smoothie. Das ist genau dein Geschmack? Dann ran an den Mixer und selber ausprobieren. Einfach alles hineingeben und pürieren. [Zum Rezept](#)

Mandelmilch-Rezepte: 15 Ideen mit dem cremigen Pflanzendrink



Bananen Mandel Smoothie © Janine Hegendorf | Nuts and Blueberries

Karamell-Porridge mit Mandeln und Kiwi

Bei Familie Tausendschön gibt es vier wichtige Frühstücksregeln: es soll lecker, gesund, leicht und einfach zuzubereiten sein. Aus diesem Grund hat Tina das cremig-süße Porridge mit knackigen Mandeln und fruchtig-saurer Kiwi kreiert - ein Frühstück, das sich an die Regeln hält. [Zum Rezept](#)



Karamell Porridge mit Mandeln und Kiwi © Christina & Stefan Bumann | tinastausendschön

Vegane Mandel-Kokos Panna Cotta mit Himbeersauce

Die traditionelle Panna Cotta ist so gar nicht vegan, aber Patricia hat alle Zutaten abgewandelt, sodass nun auch Pflanzenfreunde in den Genuss der italienischen Köstlichkeit kommen. Mandel- und Kokosmilch machen das Dessert schön cremig, während die Himbeersauce für das fruchtige Highlight sorgt. Na los - ran an den Löffel. [Zum Rezept](#)

Mandelmilch-Rezepte: 15 Ideen mit dem cremigen Pflanzendrink



Vegane Mandel-Kokos Panna Cotta mit Himbeersauce © Patricia Schillaci | Veganstars

Quinoa mit Mandeln, Datteln und Orangen

Du hast Quinoa bisher nur in Salaten oder als Beilage zu herzhaften Gerichten verwendet? Dann hat Hannah mal was Neues für dich und zwar eine warme, süße Frühstücksvariante. Ähnlich wie Porridge kochst du den Quinoa mit Mandelmilch, damit er schön cremig wird und topst ihn mit allerlei Obst und Nüssen. [Zum Rezept](#)



Quinoa mit Mandeln, Datteln und Orangen © Hannah-Lena Arnet | Schokoladenpfeffer

Gesunde heiße Schokolade

Kleine Auszeit gefällig? Die selbstgemachte heiße Schokolade von Corinna ist der perfekte Drink dafür - so cremig und süß, einfach zum Dahinschmelzen. Für das flüssige Glück brauchst du nur eine Handvoll Zutaten und ein paar Minütchen Zeit, dann kannst du dich schon gemütlich einmümmeln und die heiße Schokolade genießen. [Zum Rezept](#)

Mandelmilch-Rezepte: 15 Ideen mit dem cremigen Pflanzendrink



Gesunde heiße Schokolade © Corinna Frei | Schüsselglück

Ayurvedischer Frühstücksbrei

In der ayurvedischen Ernährung ist es wichtig, morgens ein leichtes Frühstück zu sich zu nehmen, weil der Körper noch sehr träge und langsam ist. Deshalb empfiehlt Hannah einen Hirsebrei mit fruchtigen Zimt-Aprikosen, die sie leicht gebraten hat. [Zum Rezept](#)



Ayurvedischer Frühstücksbrei © Hannah Frey | Projekt: Gesund leben

Veganer Apple-Crumble mit Mandelmilch-Vanillesauce

Knusprige Krümel, fruchtige Äpfel, die auf der Zunge zergehen und cremige Vanillesauce - da kann einem nur das Wasser im Munde zusammenlaufen. Diese Variante des heiß begehrten Apple-Crumbles ist auch noch absolut vegan und auch absolut lecker. Mit der leichten Vanillesauce aus Mandelmilch kann man nicht aufhören zu naschen. [Zum Rezept](#)

Mandelmilch-Rezepte: 15 Ideen mit dem cremigen Pflanzendrink



Veganer Apple-Crumble mit Mandelmilch-Vanillesauce