



Boissons

Lait d'or

Pour 2 personnes.

Ingrédients

500 millilitres de lait d'amande
1 cuillère à café de curcumin en poudre
1/2 cuillère à café cannelle en poudre
1/2 cuillère à soupe miel
2 bâtons de cannelle
poivre (noir)

Méthode de préparation

Mettez le lait d'amande ou d'avoine avec le curcumin et le miel dans une petite casserole. Ajoutez un soupçon d'eau et portez juste au point d'ébullition. Laissez mijoter ensuite 10 minutes.

Répartissez le mélange dans des grandes tasses. Donnez un tour de moulin à poivre, terminez avec un bâton de cannelle et saupoudrez de cannelle en poudre.

