



Mleko ryżowe

 4 porcje

 10 min + 8 godz.

Składniki

- 1 szklanka białego ryżu
- 1 litr wody niegazowanej

Przygotowanie

1

Ryż wsypać do miseczki, zalać go 500 ml wody i odstawić najlepiej na całą noc.

2

Po tym czasie namoczony ryż (razem z wodą) przełożyć do kielicha blendera. Wlać pozostałe 500 ml wody. Założyć pokrywę. Ustawienia manualne- prędkość 3, czas 2-3 minuty. Cały ryż musi być dokładnie zblendowany.

3

Powstałe mleko przelać przez 4-ro krotnie złożoną gazę. Mleko przechowywać szczelnie zamknięte w lodówce.