

Herstellungsanweisung für Sojamilch

Materialien

- 1 Standmixer
- 1 Nussmilchbeutel
- 1 Messbecher (400 ml)

Zutaten

- 25 g Sojabohnen mit Schale (über Nacht in 250 ml Leitungswasser eingeweicht)

Durchführung

1. Gib die eingeweichten Sojabohnen zusammen mit dem Wasser in den Standmixer.
2. Mixe für 2 Minuten auf Stufe 3.
3. Stülpe den Nussmilchbeutel wie ein Sieb auf den Messbecher.
4. Lass die Sojamilch durch den Nussmilchbeutel in den Messbecher laufen.
5. Presse die im Nussmilchbeutel verbliebene Masse nochmal über den Messbecher aus.



Die erstellte Pflanzenmilch ist bestimmt für die anschließenden Untersuchungen im Labor.
Dieses „Rezept“ ist nicht unbedingt für den Verzehr geeignet.

