



BIO MIT HAND UND HERZ!

Hirsedrink

Zutaten und Utensilien für ca. 1 Liter

100 g	Werz Hirse, ganze Körner	Sieb
1,2 l	Wasser	Passiertuch
3 EL	Werz Reissirup	Topf
		Glasflasche



glutenfrei



vegan

Zubereitung

Die Werz Hirsekörner am Vorabend in etwa 200 ml kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag das Einweichwasser durch ein Sieb abgießen.

Die Körner in einem Topf mit einem Liter Wasser aufkochen und ca. 15 Minuten köcheln lassen bis sie gar sind. Die Flüssigkeit inklusive der gekochten Hirse nun abkühlen lassen.

In einem Mixer oder mithilfe eines Stabmixers die Hirsekörner mit der Flüssigkeit und dem Werz Reissirup fein pürieren. Da die Hirsemilch sehr schnell schleimig wird, nur **25 Sekunden** mixen. Bereits ein paar Sekunden mehr oder weniger sind für die Konsistenz entscheidend.

Möchte man den Hirsedrink als eine Art Sahne verwenden, sollte die Masse 35 Sekunden lang püriert werden.

Die Mischung wird nun durch ein Passiertuch gegeben, ausgepresst und in einer sauberen Flasche abgefüllt. Der Hirsedrink ist im Kühlschrank mehrere Tage haltbar und kann zum Backen, Verfeinern von Suppen und Soßen oder für das Müsli verwendet werden.

Guten Appetit!



Schaut auch auf Instagram und Facebook nach Inspirationen und Rezeptideen.
Hast Du Rezeptideen für uns? Sende eine Mail an: info@werz.bio



www.werz.bio



DE-ÖKO-007