

Möhrenmilch

- ¼ l Milch
- 250 g Möhren
- 1 ein Teelöffel Honig, Zitronensaft

Möhren waschen, schälen, feinreiben und im Entsafter oder durch ein Leinentuch auspressen. Den Saft mit der Milch mixen und abschmecken. Anstelle der frischen Möhren kann auch Möhrensaft verwendet werden.

(Rezept für eine Person)

