



www.fitdurchsleben.com

Kokosdrink

Zutaten:

900 ml Wasser
250 g Kokosraspeln
1 Pr. Salz*

eventuell:

2 St. Datteln (ohne Kerne) zum Süßen

Herstellung:

1. Wasser mit den Kokosraspeln aufkochen lassen.
2. In einem Mixer eventuell mit Datteln (nach Geschmack) ca. 3 Minuten pürieren und durch ein Etamin** (feines Geschirrtuch) passieren.
3. In eine Glasflasche einfüllen und in den Kühlschrank geben.

Hinweise:

*Warum Salz in den Drink? → Der Drink würde fad schmecken.

**Das Etamin ist ein feinmaschiges Passiertuch.