



## חלב סויה

### מצרכים:

- 1 1/2 כוסות (300 גרם) פולי סויה
- 1 כפית ממתיק טבעי
- 3.5 כוסות (840 מ"ל) מים

### אופן ההכנה:

נקו את פולי הסויה השלמים והשרו אותם במים למשך 4-8 שעות. אדו אותם למשך 15 דקות. נקזו את המים מפולי הסויה והניחו להם להתקרר. הניחו את כל המרכיבים במיכל ויטמיקס לפי הסדר בו הם רשומים וסיגרו את המכסה. בחרו באפשרות 1 במכוון המהירויות. הפעילו את הוויטמיקס והגבירו את המהירות למצב מהירות מקסימלי 10. ערבלו למשך דקה עד שתקבלו מרקם חלק. סננו בשקית סינון גבינה. נערו לפני השימוש. לטעם מרענן, הוסיפו קובייה בגודל 2.5 ס"מ של שורש זנגוויל לפני הערבול. את המתכון ניתן להכין בכל בלנדר, היתרון בויטמיקס הוא הניצולת הגבוהה יותר והמרקם החלק של החלב.

לרוויה!