

Magischer Kakao Moment



Tipp:
Für besondere
Anlässe kannst du
deinen Kakao mit
Vanilleextrakt oder
Chili veredeln

Zutaten:

- 2 gehäufte TL Rohkakao (nicht Trinkkakao)
- 50 ml kochendes Wasser
- 150 ml heiße Pflanzenmilch oder Vollmilch
- 1–2 TL Agavendicksaft oder Ahornsirup (nach Geschmack)
- 1 Prise Zimt
- 1 Prise Muskatnuss, frisch gerieben
- optional: etwas Sahne oder Milchschaum zum Veredeln

Milch erhitzen:

Den Rohkakao mit dem kochenden Wasser anrühren, bis eine cremige, dunkle Paste entsteht, die Milch hinzufügen und liebevoll verrühren, bis es leicht zu dampfen beginnt (nicht kochen).

Mischen und schäumen:

Mit Agavendicksaft oder Ahornsirup süßen. Eine Prise Zimt und frisch geriebene Muskatnuss hinzufügen, aufschlagen oder mit einem Milchaufschäumer schäumen, bis sie schaumig ist. Nach Wunsch mit einem Hauch Sahne vollenden.

Ritualempfehlung:

Halte die warme Tasse in beiden Händen. Schließe kurz die Augen, atme tief ein – und spüre, wie der Duft von Kakao, Zimt und Muskatnuss dein Herz umarmt. Mit jedem Schluck darf Ruhe einkehren.

Dies ist dein Moment – warm, golden, ganz bei dir.