

ゴールデン甘酒ミルク

【材料（1人分）】

- ・米麴甘酒 50ml
- ・牛乳 150ml
- ・糸島ゴールデンウコン
小さじ1/2
- ・お好みで砂糖、
はちみつ など

【作り方】

1. 小鍋に甘酒、牛乳を入れて沸騰直前まで温める。
 2. 1にウコンを加え、かき混ぜる。
 3. カップに注ぎ、お好みで砂糖やはちみつを加える。
- * 甘酒が加わることで甘さが加わり、まろやかになります。
 - * 甘酒と牛乳の割合は、お好みで調整してください。
 - * 牛乳は、豆乳やアーモンドミルクに変えても。

ウコンのご購入はこちら



レシピ提供：薬膳悠々

