



Hemmagjord Kokosyoghurt

Ingredienser

- 1 Burk med kokosmjölk (helst från Santa Maria. Den fungerar bäst)
- 2 kapslar med probiotika (Jag använder Probioplex från Helhetshälsa)

Gör så här

Häll kokosmjölken i en glasburk. Rör om ordentligt så att alla eventuella klumpar löses upp.

Öppna probiotikakapslarna och häll i pulvret i kokosmjölken. Rör om igen.

Sätt en duk på öppningen med en gummisnodd. Det går också att sätta locket lite löst ovanpå om du inte har en handduk eller duk.

Det kommer att ta allt från 12-24 timmar innan den är klar.

Jag brukar röra om en gång om dagen.

Smaka av hur den känns. När den smakar syrligt som en yoghurt är den klar. Konsistensen kanske inte är så tjock, men när du ställer in den i kylskåpet kommer den att tjockna.

Njut av din kokosyoghurt med bär! Den perfekta sommarfrukosten eller sommardesserten!