

Basische Mandel Mayonnaise

Basisches Rezept/Basenfasten Rezept



Zutaten für 150 g

- 50 g blanchierte Mandeln*
- 30 ml Wasser
- $\frac{1}{2}$ TL Natursalz*
- $\frac{1}{2}$ TL weißer Pfeffer aus der Mühle*
- 1 TL basischer Feigensenf oder normaler basischer Senf
- 1 TL Zitronensaft
- 10 ml Leinöl*
- 10 ml Olivenöl*

Zubereitung

- Mandeln* in einem Hochleistungsmixer* fein zermahlen. So lange weitermixen, bis das Fett austritt und die Masse sehr fein ist.
- Wasser dazugeben und auf hoher Stufe sehr cremig mixen.
- Nun Salz*, Pfeffer*, Senf und Zitronensaft hinzufügen und unterrühren.
- Zum Schluss die Öle untermixen.
- Mayonnaise noch für 2 Stunden kühl stellen, bevor sie verwendet wird, damit Sie fester wird.

TIPP: Die basische Mandel Mayonnaise ist 1-2 Wochen im Kühlschrank haltbar. Sie kann genauso wie herkömmliche Mayo eingesetzt werden.

*= Werbung