



PFLANZENDRINKS

STATT KUHMITCH: PFLANZLICHE ALTERNATIVEN IM ÜBERBLICK

Das Milchregal hat in den letzten Jahren immer mehr Zuwachs bekommen, denn Pflanzendrinks haben an Beliebtheit gewonnen. Viele der pflanzlichen Milchalternativen lassen sich auch selbst zu Hause herstellen.



Pflanzendrinks können aus Hülsenfrüchten, Getreide, Nüssen oder Samen hergestellt werden. Beliebte Varianten sind:



Hafer



Erdnuss



Reis



Soja



Hanfsamen



Mandel



Kokosnuss



Haselnuss

Welche Pflanzenmilch eignet sich besonders wofür?

Süßspeisen

Soja, Cashew & Kokos

Kekse & Kuchen

Hafer & Mandel

Kaffee, Tee & Kakao

Soja & Hafer

Kochen

Kokos & Reis

Smoothies

Hanfsamen

Müsli & Porridge

Soja, Hafer & Nuss

ÜBRIGENS

Der Begriff „Milch“ ist geschützt und darf nicht für pflanzliche Alternativen genutzt werden. „Pflanzenmilch“ ist also nur der umgangssprachliche Begriff für Pflanzendrinks.