

Γάλα βρώμης

Μερίδες: 1Lt **Χρόνος προετοιμασίας:** 2 λεπτά **Χρόνος αναμονής:** 20 λεπτά

Διατηρείται σε κανάτα με καπάκι στο ψυγείο για 5 μέρες. Ανακατεύουμε καλά πριν από κάθε χρήση.

Υλικά:

- 225 γρ. νιφάδες βρώμης
- 1500 ml νερό

ΕΚΤΕΛΕΣΗ:

- 1) Βάζουμε τις νιφάδες και το νερό στο μπλέντερ και το βάζουμε αμέσως σε λειτουργία στη μεσαία ταχύτητα. Χτυπάμε **40-45 δευτερόλεπτα** αυστηρά. (βλ. Super Tip παραπάνω).
- 2) Σε ένα μεγάλο μπολ (από 28 εκατοστά διάμετρο και πάνω) στερεώνουμε καλά την πετσέτα πιάνοντας την με μανταλάκια. Θέλουμε η πετσέτα μας να είναι σχεδόν τεντωμένη και να κάνει μία πολύ μικρή λακούβα στη μέση. Όσο πέφτει μείγμα βρώμης στην πετσέτα θα βαραίνει προς τα μέσα και θέλουμε να αποφύγουμε να ακουμπάει το καθαρό γάλα που έχει ήδη εκχυλιστεί.
- 3) Ρίχνουμε λίγο από το μείγμα στην πετσέτα και το βοηθάμε να εκχυλιστεί ανακατεύοντας με μία κουτάλα. (βλ. σχετικό video στο madameginger.com ή στο IGTV @madamegingercom). Συνεχίζουμε μέχρι να τελειώσει το μείγμα στο μπλέντερ. Όσο πλησιάζουμε προς το τέλος, γεμίζει η πετσέτα με πολτοποιημένη βρώμη και η εκχύλιση γίνεται πιο αργά, οπότε βοηθάμε περισσότερο με την κουτάλα.
- 4) Μόλις τελειώσει η στράγγιση, βγάζουμε με προσοχή τα μανταλάκια, στρίβουμε την πετσέτα σφιχτά πάνω στον πολτό βρώμης και στραγγίζουμε ελαφρά. Δεν υπερστραγγίζουμε γιατί θα περάσει πολύ νερό στο γάλα μας και θα γίνει νερούλο. 2-3 γερά στραγγίσματα αρκούν.
- 5) Μεταφέρουμε σε κανάτα με καπάκι στο ψυγείο.