

EXKLUSIVE
REZEPTE VON
dmBio

dmBio

In diesem Rezept verwenden wir den dmBio Barista Erbsendrink vom Gut Eichethof - mehr über den Naturland-Hof erfahren Sie in der aktuellen Ausgabe des alverde Magazins.

**WEB-TIPP**

Viele weitere tolle Rezepte und Inspirationen unter dm.de/rezepte

Lila Chai-Latte

MIT ROTER BEETE

**PRO PORTION:** 1.079 kJ (258 kcal)**ZUBEREITUNGSZEIT:** ca. 35 Min.**SCHWIERIGKEITSGRAD:** einfach **REICHT FÜR:** 2 Portionen

Zutaten

Für 2 Portionen

- 2 Beutel dmBio Gewürztee Chai Klassik*
- 250 g Süßkartoffeln
- Salz
- 1 kleine Rote Bete, vorgekocht
- 250 ml dmBio Barista Erbsendrink*
- 1 TL dmBio Vielblütenhonig* (alternativ dmBio Agavendicksaft*)
- 100 ml dmBio Barista Haferdrink*

**INSTA-TIPP**

Haben Sie das Rezept ausprobiert? Wir freuen uns, wenn Sie ein Foto auf Instagram unter #alverderezept posten!

250 ml Wasser aufkochen lassen und die **Teebeutel** darin mindestens 15 Minuten ziehen lassen.

Süßkartoffeln schälen und in Stücke schneiden. In leicht **gesalzenem** Wasser circa 10 bis 15 Minuten kochen. Anschließend abgießen und mit der vorgekochten **Rote-Bete-Knolle** in einen Behälter zum Pürieren füllen.

Den **Erbsendrink** erwärmen und zur Süßkartoffel-Rote-Bete-Mischung geben. Alles pürieren, dann den Tee einrühren.

Alles mit **Honig** oder **Agavendicksaft** abschmecken und in zwei Gläser füllen. Den **Haferdrink** aufschäumen und die lila Chai-Latte damit garnieren. ☺

Einkaufsliste

VOM dm-MARKT:

- dmBio Gewürztee Chai Klassik*
- dmBio Vielblütenhonig*

AUS DEM GEMÜSEREGAL:

- 250 ml dmBio Barista Erbsendrink*
- 100 ml dmBio Barista Haferdrink*
- Salz

AUS DEM GEMÜSEREGAL:

- 250 g Süßkartoffeln
- 1 kleine Rote Bete, vorgekocht