

## • Heisse Milch mit Datteln



### **Zutaten:**

100g geschnittene Datteln

1 Liter Milch

### **Zubereitung:**

In der kalten Jahreszeit gibt einem die heisse Milch mit Datteln neue Energie und Wärme. Bei Halsweh und Erkältung lässt einen dieses Getränk schnell wieder gesund werden. Dazu einfach die geschnittenen Datteln mit der Milch aufwärmen und mit dem Schwingbesen rühren.