

So bereitest du dir deinen Ritual Kakao vor:

In einem Topf 100ml gefiltertes oder stilles Wasser mit 100ml Pflanzenmilch (keine Kuhmilch) erwärmen.

25-35g Kakao hinzufügen sobald die Milch warm geworden ist und richtig gut verrühren (mit einem Schneebesen) bis keine Klumpen mehr zu sehen sind.



Würze deinen Kakao beliebig mit Vanille, Zimt, Honig oder andere gesunde Alternativen.

Der Kakao ist sehr herb wenn du ihn nicht genug süßen tust! Gerne vorher abschmecken.



Wichtig: Der Kakao darf nicht zu hoch erhitzt werden!!

Füge alles in eine Thermosflasche und halte den Kakao schön warm.

Stelle deine Tasse bereit und alles was du sonst noch für deine Zeremonie brauchst!