

### 3.1.8 Drank op basis van melk

☞ zie Zuivel, voor Karnemelk, yoghurt, kefir, ayran

Naast chocolademelk (melk met cacaopoeder of chocolade (en zoetstof)) krijg je ook een lekker warm drankje met honing, vanille en kaneel.

Gouden melk 📖 bevat kurkuma, wat zwarte peper, (kokos)olie of wat vet. Het komt uit de Ayurveda, een traditionele Indiase geneeswijze. Ook gember, kaneel (en zoetmiddel) kunnen toegevoegd worden.

(Turkse) ayran bestaat uit 1 deel yoghurt, 3 delen water en wat zout. Eventueel ook citroensap, peper, basilicum, muntblad of toegevoegde room.

Milkshake (melk met roomijs mixen) kan je smaakjes geven met chocolade, siroop, aardbeien en ander fruit.

Er bestaan ook alcoholische drankjes met melk

Cocktails met room, wodka, koffielikeur, ananas, kokos, champagne...

Eggnog - in Nederland ook gekend als eierpunch - is een stevige mix op basis van melk en sterke drank: 6 eieren, 200 gram suiker, 175 ml cognac, 75 ml bruine rum, 2,5 ml vanilla-extract, 500 ml ongeslagen (slag)room, 500 ml melk, flinke snuf gemalen nootmuskaat of kaneel. Alles goed gekoeld mixen.

Foodwriter Meneer Wateetons laat je kennismaken met Cowcohol en Vodcow. Ze worden gebrouwen met wei, het restproduct uit kaasmakerij. Daarin zitten nog veel eiwitten en suikers. Die melksuikers (lactose) kan je niet klassiek vergisten. Het enzymen lactase kan ze omzetten in glucose en galantose. Dit kan wel vergist worden met reguliere gist tot een laagalcoholische wei-wijn. Via distillatie kan je een hoger alcohol gehalte krijgen.

Arkhi is een Mongools melkdistillaat gemaakt van airag (van merriemelk), gefermenteerde melkbrandewijn, of kefir of isgelen tarag (met melk van paard, elders van ezel, schaap, koe, yak, kameel of van rendier (khormog)) die vervolgens wordt gedestilleerd. (Fermentatie is ook een vergisting.)

♫ *Het verschil tussen een fles wijn van 15 en van 50€? Onze ijdelheid. Nr Haemin Sunim*