



# Anijsmelk

Van: Stefan Kleintjes

Uit het boek: Eten voor de kleintjes

## Benodigheden

- $\frac{1}{2}$  liter volle melk (aangelengd met water) of moedermelk
- $\frac{1}{2}$ -1 afgestreken eetlepel anijszaadjes

## Bereiden

- Kneus de zaadjes met een deegroller of een vijzel.
- Breng dan de melk met de gekneusde zaadjes aan de kook en houd het mengsel tien minuten tegen de kook aan.
- Zeef de melk voor het drinken.
- Warm is anijsmelk het lekkerst en het is een verantwoord slaapmutsje.

