नारियल का दूध

एक कप दूध के लिए सामग्री– आधा ताजा नारियल और 100 एमएल पानी

बनाने की विधि–

नारियल को कद्दूकस करके मिक्सर में डालें और 50 मिलीलीटर पानी डालकर मिक्सर में अच्छी तरह से पीस लें, इसके बाद नारियल के दूध को मलमल या किसी कपड़े या छलनी से छान लें, 50 मिलीलीटर पानी और मिलाकर नारियल के दूध को दूसरी बार भी यही प्रक्रिया दोहराएं। उसी पिसे हुए नारियल के साथ पानी डालें। एक गिलास नारियल का दूध तैयार हो जाएगा।