

Introducción

Cada vez es más alta la popularidad que están alcanzando las recetas con el ingrediente especial del cannabis. Tanto es así, que hoy en día, existen una multitud de recetas de diversas índoles.

Esta deliciosa receta que os traemos es una elección ideal para aquellos que deseen disfrutar de los beneficios del cannabis con una bebida refrescante. Su combinación de frutas frescas y flores de marihuana te permitirá disfrutar de una experiencia única.

En los siguientes apartados del artículo, vamos a explicarte cómo elaborar un batido de frutas cannábico, paso a paso. Para ello, primero haremos hincapié en cómo debes dejar preparada la marihuana antes de emplearla en la receta y, después, te explicaremos cómo elaborar la leche de marihuana. Finalmente, elaboraremos ese gran batido refrescante y dulce, y, ¡Terapéutico!

Si amas la creatividad en la cocina y buscas nuevas formas de disfrutar del cannabis, este artículo sobre cómo hacer un batido cannábico, te inspirará y deleitará.

Elaboración de la leche de cannabis

La leche de marihuana es probablemente una de las recetas cannábicas más famosa y elaborada. Junto con la mantequilla cannábica sirve como base para muchísimas recetas más.

La preparación de la leche de cannabis, implica extraer los cannabinoides de la marihuana en una base grasa, ya que son liposolubles.

El desafío de su preparación se encuentra en la utilización de las cantidades adecuadas entre el cannabis y la leche, siendo, en algunos casos, demasiado potente.

- **Utensilios:** tarro de cristal, cacerola, cuchara de madera.
- **Ingredientes:**
 - 25-35gr de cannabis (Hay que tener en cuenta que, si se utilizan hojas de marihuana en vez de flores, la intensidad será bastante menor)
 - 1 litro de leche entera (Es importante que sea entera ya que los cannabinoides son liposolubles, es decir que, si los cannabinoides se mezclan con grasas o aceites grasos, van a quedar contenidos en esa materia grasa).

▪ Pasos de Elaboración

1. Descarboxilación de la marihuana

Lo primero que tenemos que hacer es descarboxilar las flores, para así, activar la marihuana.

Como ya mencionamos en el [Artículo "Receta de Galletas Cannabis"](#), para descarboxilar las flores, se necesitan los siguientes pasos:

- Precalentar el horno a 110º.
- Triturar las flores con el grinder y extenderlas encima de un papel de horno de forma homogénea para que el calor le afecte por igual. Cuánto mejor grindadas estén las flores, mejor se extraerán los cannabinoides.
- Una vez caliente el horno, meter las flores grindadas y dejarlas 45 minutos.
- Si va todo bien, podrás ver como las flores cambian a un tono marrón-amarillo.

2. Elaboración de la Leche de Marihuana

1. Echar la leche en una cacerola y calentar hasta que hierva ligeramente.
2. Una vez que hierva, baja el fuego y añade la marihuana. Remueve de vez en cuando con una cuchara de madera.
3. Deja que se cueza a fuego lento durante una hora. No te olvides de remover de vez en cuando.
4. Una vez transcurrida una hora, deja que la mezcla se enfríe y, con ayuda de un colador fino, cuéjala y guárdala en un recipiente de cristal.
5. Mete la leche en la nevera.

✚ Elaboración del batido de cannabis

¿A quién no le gusta un batido de frutas?

En este apartado te explicaré los últimos pasos para realizar este rico batido de frutas.

Siempre puedes modificar alguna de las frutas, añadir uno u otro fruto seco o cambiar la canela por, por ejemplo, cacao. ¡Hazlo a tu gusto!

- **Utensilios:** botella de cristal para almacenar el batido, batidora.
- **Ingredientes:** 4 plátanos, 10 fresas, unos pocos de frutos del bosque (arándanos, moras, frambuesas), 1 yogur natural, ½ litro de leche, canela, azúcar, unos pocos de frutos secos (al gusto).

▪ Pasos de Elaboración

1. Lavamos toda la fruta que vayamos a utilizar, la pelamos (opcional) y la echamos a la batidora.
2. Echamos el yogurt y la leche de cannabis.
3. Batir hasta conseguir la textura adecuada y al gusto. Añadimos más leche si lo queremos menos espeso.
4. Lo metemos en nuestra botella de cristal y ¡Listo!

✚ Almacenar el batido de cannabis

Es importante que almacenemos nuestro batido en la nevera.

La leche de marihuana aguantará unos días en la nevera siempre y cuando esté bien conservada.

Ten en cuenta que los efectos de la marihuana tardarán de 1 a 2 horas en manifestarse, ya que, al ser un comestible tardan más los efectos en aparecer.

¡Qué lo disfrutes!

