Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Pudding de Tapioca au matcha

VEGAN SANS LAIT

Imprimer

Commenter

Préparation: **30 min**

Ingrédients
4 personnes

- 60 gr de tapioca
- 500 ml de lait de coco (+ 2 c. à s.)
- 60 gr de sirop d’agave
- 1 gousse de vanille
- 1 c. à c. de thé matcha
- 1 pincée de sel rose de l’Himalaya
- *Facultatifs : grenade – pistaches – graines de chia*

1. Remplissez un tiers de la cuve du Vitaliseur, couvrez et portez à ébullition.
2. Versez dans un grand bol le lait de coco, le tapioca, le sirop d'agave et la gousse de vanille fendue en deux.
3. Placez le bol sur le tamis et couvrez pendant 20 minutes. Veillez à bien mélanger de temps en temps.
4. Ôtez le bol du tamis et laissez refroidir.
5. Délayez le thé matcha dans 2 c. à s. de lait de coco et ajoutez-le au pudding de tapioca avec la pincée de sel.
6. Versez la préparation dans des petits bols ou des verrines et placez au frais au moins 2 heures.
7. Au moment de servir, garnissez selon vos envies : ici, j'ai opté pour quelques graines de grenade, des pistaches concassées et des graines de chia.

Ce dessert sain et gourmand a été réalisé par Sabrina De Larroche.

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d'asperges au gingembre