Recettes

{{ splat | term }}

Toutes les recettes

Bowl matcha pommes

mag 26 matcha bowls

Imprimer

Commenter

Préparation: **5 min**

Ingrédients
Pour 4 bols

- 160 g de flocons de riz
- 800 ml de lait d’avoine ou de riz
- 2 à 4 c. à soupe de sirop d’agave ou de sucre complet
  POUR LE BEURRE DE POMME AU MATCHA
  2 grosses pommes golden
- 2 belles c. à s. de purée d’amande blanche
- 2 c. à s. de sirop d’érable
- 1 petite c. à c. de matcha

- 1 pincée de sel

1. Remplissez un quart de la cuve du Vitaliseur d'eau et portez à ébullition.
2. Épluchez et découpez les pommes en quartiers. Réservez quelques tranches de pomme pour chaque bol et faites cuire le reste sur le tamis du Vitaliseur jusqu'à ce qu'elles soient bien compotées (environ 10 à 15 minutes).
3. Avec un robot ou un blender, mixez les pommes, le sirop d'érable, le matcha et la purée d'amande avec le sel. Réservez.
4. Dans un compartiment du Trio Grand Chef du Vitaliseur, mélangez les flocons de riz, le lait végétal et le sirop d'agave ou le sucre. Déposez sur le tamis du Vitaliseur pour 12 minutes de cuisson.
5. Déposez la préparation dans les bols. Garnissez avec les quartiers de pomme réservées et le beurre de pomme.

Cette recette a été réalisée par Clara Onuki pour le magazine 95° #26 spécial bowls. Vous pouvez remplacer le matcha par de la cannelle ou du 4-épices et ajouter des amandes torréfiées.

Vous allez aussi aimer ...

Soufflés au chocolat

Flans de carottes nouvelles au pesto de fanes

Wok d’asperges au gingembre

Victoria sponge cake aux fraises