



Françoise Hanoul

Crème vanille sans lait, sans sucre.

Ingrédients :

½ litre de lait de riz, de vache ou d'amande ou...

2 gr d'Agar-agar (algue gélifiante en poudre)

1 cuillère à soupe de sucre de canne ou de sirop de blé ou une cuillère de Tagatose

Vanille en poudre en suffisance.

Préparation :

Amenez le lait et la poudre d'agar -agar à ébullition, ajouter le sucre ou sirop de blé et vanille. Laissez cuire 2 min. Versez dans des coupes et laissez refroidir.