



Blanc-manger au sucre d'érable

Recette sans gluten, sans produits laitiers (sans caséine), hypotoxique et végétalien.

Par : Cuisine l'Angélique

RENDEMENT : 500 ML (2 tasses)

PRÉPARATION : 20 MINUTES

INGRÉDIENTS

- 75 g (2/3 tasse) de sucre d'érable
- 67,5 ml (4 1/2 c. à soupe) de fécule de maïs bio
- 500 g (2 tasses) de boisson végétale, au goût
- 15 ml (1 c. à soupe) de margarine végétale
- 2,5 ml (1/2 c. à thé) d'essence de vanille
- 1 jaune d'oeuf, battu (omettre pour la version végétalienne)

PRÉPARATION

1. Dans une moyenne casserole, bien mélanger ensemble le sucre d'érable et la fécule de maïs.
2. Ajouter la boisson végétale en fouettant à l'aide d'un fouet.
3. À feu moyen, porter le mélange à ébullition en brassant continuellement, toujours à l'aide d'un fouet. Il faut s'assurer que le mélange ne colle pas au fond de la casserole.
4. Laisser mijoter jusqu'à épaississement, toujours en remuant. Retirer du feu et ajouter, en fouettant, la margarine, l'essence de vanille et le jaune d'oeuf (il est important de fouetter en ajoutant le jaune d'oeuf, pour éviter qu'il ne cuise au contact de la chaleur).
5. Verser dans des coupes à dessert et réfrigérer pour un minimum de 4 heures ou jusqu'à ce que le blanc-manger soit bien refroidi.



Un dessert simple à préparer, délicieux et toujours apprécié de tous!