

Lait de noisettes bio

Ingredients pour 1,2L : 1L d'eau tiède – 1L d'eau minérale ou filtrée – 100g de noisettes bio crues – 2CS de sirop d'érable

Dans 1 pichet, faites tremper les noisettes avec 1L d'eau tiède du robinet pendant 5h.

Égouttez les noisettes (vous pouvez arroser vos plantes avec l'eau).

Remplacez dans le pichet avec 1L d'eau minérale.

Mixez à l'aide d'un mixeur plongeant (ou dans 1 blender) pendant 5min.

Filtrez le lait avec 1 passoire très fine et placez le lait dans un contenant stérile. Il se conservera 3jrs au frigo.

Récupérez la poudre de noisettes. Placez sur 1 plaque à pâtisserie et faites sécher à 100°C pendant 20-30min. Laissez refroidir dans votre four chaud.

Quand la poudre est bien sèche, gardez-la au congélateur pour vos futures pâtisseries ou dans dans un bocal hermétique.

Onigiri végétarien

[mpprecipe-recipe:9]

* Ce plat est très pratique dans une bento pour un midi.

* Vous pouvez aussi faire cette recette avec une reste de riz classique qui colle un peu.

Cheese-cookie-cake myrtilles

[mpprecipe-recipe:8]

Mayonnaise à l'huile de noix et moutarde à l'ancienne

[mpprecipe-recipe:7]

Yaourt vanille au lait de soja bio

[mpprecipe-recipe:6]