

Recettes de cuisine

de Mamie Vera

Préparation

Pour 4 personnes
Préparation 5 minutes
Cuisson 1 minute
Réfrigération : 2 heures

Délayez l'agar-agar, le lait et le sirop d'érable dans une petite casserole.
Portez à ébullition, baissez le feu, puis faites cuire 1 minute sans cesser de remuer.
Otez du feu, ajoutez le thé vert et mélangez.
Versez dans des ramequins, laissez refroidir, puis faites prendre 2 heures au réfrigérateur.
J'ai refait ce dessert en utilisant du lait demi-écrémé.(photo dans commentaires)
Dessert uniquement pour les amateurs de thé matcha.

Source
TV magazine (Nord Pas-de -Calais).

Commentaires



Cliquez pour agrandir l'image

Petit dessert rafraîchissant, et diététique.

On trouve l'agar-agar dans les supermarchés au rayon asiatique ou les magasins de produits diététiques sous forme de poudre (j'ai trouvé des sachets de 2 grs de la marque Kalys).

C'est un produit gélifiant obtenu à partir d'algues rouges (produit 100 % naturel).

Il permet d'alléger de nombreuses recettes, simples rapides, inratables, il peut remplacer la gélatine dans les recettes de gelée, bavaoises, mousses, confitures, confiseries, terrines et entremets, mais attention l'agar-agar ne supporte pas la congélation.

Pour le dosage il faut en général 2 gr d'agar-agar pour 1/2 litre de liquide.

Parlons maintenant du thé matcha vert en poudre, (thé vert japonais) que j'ai trouvé chez Zodio, mais vous le trouvez sur internet, un thé exceptionnel pour la cuisine, c'est un ingrédient savoureux à inclure pour gâteaux, crème, glaces et sauces ce thé enrichit ces préparations d'une douce saveur de thé vert et d'une belle couleur verte.

Pour la présentation, j'ai utilisé 4 verrines de 12 cl.

Le dessert testé par 7 personnes n'a pas fait l'unanimité.
Des goûts et des couleurs, on ne discute pas !!

Ajouter un commentaire



CREME DU PRINCE CHARMANT AU

THE VERT



Ingrédients

2 g d'agar-agar
50 cl de lait de soja
1 cuillère à café de thé vert
matcha en poudre
3 cuillerées à soupe
de sirop d'érable

