Glace coco-myrtille en folie

ETE MAG#3 GOURMANDISE VEGAN VAPEUR DOUCE

Imprimer

Commenter

Préparation: **15 min**

Ingrédients
Pour 4 personnes

- 125 g de myrtilles
- 1 noix de coco
- 1 banane
- 1 c. à s. de sirop d’agave (optionnel)

1. Lavez les myrtilles puis placez-les dans un bol pouvant entrer dans le tamis du Vitaliseur. À

l'aide d'une fourchette ou directement avec les mains, écrasez-les afin de bien laisser sortir leur jus. Mettez-les à cuire pendant 20 min au Vitaliseur. Laissez-les refroidir au frigo.

2. Récupérez la pulpe de coco en mettant l'eau de côté.
3. Mixez la pulpe avec la banane et le sirop d'agave. Le mélange doit être bien liquide et homogène (vous pouvez ajouter un peu d'eau de coco si besoin).
4. Récupérez vos moules à glace. Versez-y les myrtilles puis le mélange de coco et de banane. Répétez jusqu'à la dernière goutte.
5. Laissez refroidir au congélateur pendant au moins 6 h avant de déguster.

*Une **glace** préparée à la vapeur douce ?*
***Recette** du magazine n°3 réalisée par Jeanne B, auteure culinaire.*

Vous allez aussi aimer ...

Pesto d'orties sauvages

Pavés de bœuf aux échalotes

Cabillaud aux pleurotes

Boulettes de sarrasin et tagliatelles de carotte

Mon compte

Recettes
Contact
CGV
Newsletter
+33 (4) 94 01 22 61
Mon compte
Recettes
Notre histoire
Contact
CGV
Newsletter
Facebook
Pinterest
Instagram