

Crème Dessert à la Vanille au lait de Soja

(sans gluten et sans lactose)



Pour 6 pots (l'équivalent d'un verre)

Préparation : 5 minutes

Cuisson : 12 minutes

- 50 cl de lait de soja
- 50 g de sucre
- 1/2 gousse de vanille ou une c à café d'extrait de vanille
- 30 g de Maïzena

Préparation avec le thermomix : Prélevez un peu de lait de soja pour y mélanger la Maïzena.

Placez tous les ingrédients dans le bol, lait/Maïzena, le reste de lait de soja, le contenant de la gousse de vanille ou l'extrait de vanille liquide ou le parfum de votre choix.

Programmez **12 minutes /90°/vitesse 3**. Au bout de 6 minutes, ajoutez le sucre. Cela évitera d'avoir une pellicule qui accroche au fond du bol.

Préparation dans une casserole : Prélevez un peu de lait de soja sur la totalité pour y mélanger la Maïzena. Versez dans dans une casserole avec le reste du lait de soja. Ajoutez la 1/2 gousse grattée ou l'extrait de vanille liquide. Portez à ébullition et ajoutez le sucre et continuez la cuisson jusqu'à épaississement de la crème.

Dans les 2 cas, répartissez la crème dans des petits contenants de la taille d'un verre.

Laissez refroidir et réservez au réfrigérateur.

Cette crème se conserve facilement 3 jours.

