



**Prendre le large en
cuisinant**

Prendre le large en cuisinant

Quinoa au lait d'avoine



Ingrédients

20 g de quinoa

600 ml de lait d'avoine

50 g de miel ou de sucre

Réalisation :

1. Faire bouillir 10 min le quinoa dans de l'eau bouillante.
2. Égoutter, puis bouillir avec le lait d'avoine et le miel durant 5-10 min.
3. Une fois la consistance désirée, dresser directement dans les verrines et refroidir.
4. Décorer avec des fruits de saison.

Conseils :

- Si l'eau est trop chaude vous obtiendrez une purée.
- Si le lait est trop épais, allongez avec un peu d'eau.

Bon appétit !
Simon Favre

