

Kasha au lait d'amande

Pour 2 petits bols :

150 g de kasha

(appelé aussi graines de sarrasin grillées)

2 CS de sucre *(brun, ici)*

40 cl de lait d'amande

un peu de miel, de sirop d'érable, etc.

Quelques pépites de chocolat *(fac)*



- Dans une petite casserole, mettre le lait d'amande et une fois qu'il frémit, y verser le kasha. Incorporer également le sucre brun.
- Attendre la reprise du frémississement, en mélangeant à la cuillère en bois et baisser ensuite le feu au minimum.
- Poursuivre la cuisson pendant 10 à 15 minutes, le temps que le sarrasin devienne tendre et que le mélange s'épaississe. Remuer de temps en temps.
- Une fois obtenue la consistance d'un « riz au lait », ôter la casserole du feu et ajuster le « sucre » au goût si nécessaire *(du miel ou du sirop d'érable, à la maison)*.
- Laisser reposer quelques minutes, le temps que ça refroidisse un peu *(le kasha va encore s'épaissir un peu)* et déguster, pourquoi pas, pour un peu plus de gourmandise, avec 1 grosse CS de pépites de chocolat...

