BERRY GRAINES
Supergraines alimentaires

AMARANTE BLANCHE

CONSEILS DE PRÉPARATION

1 volume de mélange

2,5 volumes d'eau froide

A ébullition: cuisson 20 min à feu moyen

C'est prêt !

RECETTE : SEMOULE CHOCOLAT-COCO-AMARANTE

X4

215g d'amarante blanche - 50g de chocolat 70% ou 85% (ou 30g selon les préférences) - 50g de crème de coco bio (ou non-bio)

- Rincer et égoutter l'amarante blanche sous l'eau froide puis la faire cuire en suivant les instructions ci-dessus.
- Au bout des 20min rajouter le chocolat en morceaux dans la casserole, jusqu'à ce qu'il fonde.
- Mélanger jusqu'à l'obtention d'un mélange homogène puis rajouter la crème de coco.
- Verser dans des ramequins et mettre au réfrigérateur entre 2h et 4h.

Bon appétit !