

safran oct8bre occitan

<http://www.oct8bre.fr>

recette et photographie de <http://annellenor.canalblog.com>

YAOURTS SAFRAN & CARDAMOME, SIROP D'AGAVE et PISTACHES CAMELISEES

Ingrédients

Préparation : 5 min + temps de refroidissement

Etuve : 8 heures

1 litre de lait entier
10 filaments de safran (ou selon votre goût)
10 graines de cardamome
1 ou 2 yaourts au bifidus
2 cuillères à soupe de lait en poudre entier
sirop d'agave et pistaches caramélisées* pour servir

Méthode

*Pour réaliser des pistaches caramélisées, mettre des pistaches grossièrement hachées dans une poêle chaude avec un peu de sucre, remuer régulièrement, le sucre va fondre et enrober les pistaches qui elles-mêmes dorment. Les faire refroidir sur une feuille de papier sulfurisé ou sur une plaque. On pourra remplacer le **sirop d'agave** par du **sirop de rose**, (ou du **sirop de safran**)

Faire chauffer le lait sans le faire bouillir avec les filaments de safran et la cardamome réduite en poudre.

Ajouter le lait en poudre, bien mélanger, laisser infuser et refroidir.

Dans un bol, battre le yaourt avec un peu de lait refroidi et filtré, quand le mélange est homogène, ajouter le reste du lait. Bien mélanger.

Répartir dans les pots et mettre à étuver pendant 8 à 9 heures.

Fermer les pots et mettre au frais pour au moins 4 heures.

Déguster avec un filet de sirop d'agave et quelques pistaches caramélisées.

<http://www.oct8bre.fr/recettes+fr.html>

safran oct8bre occitan

<http://www.oct8bre.fr>

recette et photographie de <http://annellenor.canalblog.com>

YAOURTS CHOCOLAT BLANC-SAFRAN

Ingrédients

Préparation : 5 min + temps de refroidissement

Etuve : 8 heures

1 litre de lait entier

20 filaments de safran

360 g de chocolat blanc (2 tablettes)

1 ou 2 yaourts au bifidus

2 cuillères à soupe de lait en poudre entier

Méthode

Faire chauffer le lait sans le faire bouillir avec les filaments de safran et le chocolat blanc haché.

Ajouter le lait en poudre, bien mélanger, laisser infuser et refroidir.

Dans un bol, battre le yaourt avec un peu de lait refroidi et filtré, quand le mélange est homogène, ajouter le reste du lait. Bien mélanger.

Répartir dans les pots et mettre à étuver pendant 8 à 9 heures.

Fermer les pots et mettre au frais pour au moins 4 heures.

Déguster nature !

<http://www.oct8bre.fr/recettes+fr.html>