Riz au lait aux lentilles

green-me-up.com/2017/12/riz-au-lait-lentilles.html

Hélène 26 décembre 2017

Bonjour à tous ! Un passage éclair pour souhaiter de bonnes vacances à celles et ceux qui en ont, de bonnes fêtes à tout le monde et vous dire à l'année prochaine. La recette du jour est l'une de celles que j'ai mises au point pour mon prochain livre, mais elle n'a pas été retenue car elle ressemblait trop à une autre… Peut-être allez-vous deviner le titre de l'ouvrage en question, d'ailleurs wink mais chut, je ne dirai rien. Le suspense sera levé en février ! Cette recette fait un excellent dessert (après un repas léger, c'est presque un plat de résistance) et, surtout, un fameux petit déjeuner. Je l'aime beaucoup servie avec des lamelles de poire bien mûre et fondante ou du kaki coulant.

A bientôt !

…

Pour 6 personnes

- 200 g de lentilles blondes
- 100 g de riz complet (ou d'un mélange de riz blanc et noir)
- 50 g de poudre d'amandes
- 1 ou 2 c. à soupe rases de sucre de canne complet
- 1 orange, zeste et jus
- 2 c. à café de cannelle moulue
- 2 étoiles de badiane
- 1 pincée de sel
- 50 g de raisins secs
- 500 + 150 ml de lait d'amandes

Une demi-journée à l'avance, faire tremper les lentilles dans un grand bol.

Le jour même, placer tous les ingrédients sauf le lait dans une casserole. Verser 500 ml de lait d'amandes.

Porter à ébullition et remuer pendant 10 minutes. Baisser le feu.

Laisser mijoter pendant 30 minutes sur feu doux. Ajouter les 150 ml de lait d'amandes restants au fur et à mesure, jusqu'à ce que tout le liquide soit absorbé.

Servir tiède avec des noix de Cajou ou des amandes concassées et de la noix de coco râpée.

…

…

…