

PUMPKIN LATTÉ



PREP TIME

- Prep | 40 min
- Quantité | 2 à 3 tasses

AURÉLIE SCHAEDELÉ - NATUROPATHE

INGREDIENTS

- 500 gr de potimarron
- 1 sachet de sucre vanillé
- Épices pour pain d'épice
- Poivre
- Cannelle
- Épeautre torréfiée
- Lait d'amande à la vanille

PRÉPARATION

01 Pré-chauffer le four à 180°. Couper en petits dés le potimarron.

02 Déposer le potimarron dans un plat allant au four et ajouter un petit fond d'eau dans le plat, le sachet de sucre vanillé et les épices à pain d'épice. Enfourner pendant 15 à 20 minutes.

03 Faire chauffer 20 cl de lait. Puis mixer à l'aide d'un blender le potimarron cuit ainsi que le lait et servir dans les tasses.

04 Faire chauffer un fond de lait, pour simplement former une petite mousse et la déposer dans les tasses.

05 Enfin, préparer l'équivalent d'une tasse d'épeautre torréfié dans de l'eau chaude et faire couler doucement la préparation dans le lait et le potimarron.

06 Ajouter un peu de cannelle et de poivre. Et bonne dégustation !