

Crème de dattes et d'argousier

INGRÉDIENTS

(2 personnes)
1/2 litre de lait ou de lait de soja
12 dattes dénoyautées
100g de flocons de millet
1 pincée de cardamome moulue
5 cuil. à soupe de *Jus d'Argousier*
1 dl de crème fraîche ou de
crème de soja

PRÉPARATION

Faire cuire doucement les dattes dans le lait.
Incorporer les flocons de millet et la cardamome et porter à petit feu 5 min. sans cesser de remuer.
Ajouter le Jus d'Argousier hors du feu sans cesser de remuer.
Réduire le tout en purée.
Laisser refroidir. Servez garni de crème fouettée ou de crème de soja.