



SAVOUREZ LA VIE!



• LAIT VÉGÉTAL DE SOUCHET •

# HORCHATA NATURE

• LAIT VÉGÉTAL DE SOUCHET •

# HORCHATA NATURE



## 1 INGRÉDIENTS (Pour 1 litre)

- 250 g (400 ml - 1 2/3 tasse) de souchets (noix tigrées) secs
- Environ 1 L (4 tasses) d'eau

Mettre les souchets dans un grand bol, les rincer à l'eau courante, puis les égoutter. Couvrir d'eau généreusement et laisser tremper 24 heures au réfrigérateur (les souchets vont presque doubler de volume). Rincer à nouveau et bien égoutter. Vous pouvez congeler les souchets pour usage ultérieur. Décongeler avant d'utiliser.

## 2 MÉTHODE

**Au mélangeur à haute vitesse** (style Vitamix ou Blendec) : Mettre les souchets trempés dans le mélangeur avec 660 ml (2 3/4 tasses) d'eau. Mixer environ 3 minutes à vitesse maximum, ou jusqu'à ce que la température du mélange atteigne 40°C (chaud sans être brûlant). Ne pas dépasser cette température pour éviter de détruire les enzymes.

**Au mélangeur ordinaire ou au robot culinaire** : Mettre les souchets dans le mélangeur avec environ 240 ml (1 tasse) d'eau. Mixer en ajoutant graduellement juste ce qu'il faut d'eau pour que la pâte circule librement sans être trop liquide. Racler la paroi au besoin. Continuer de mixer jusqu'à ce que la température atteigne 40 °C (chaud sans être brûlant). Ne pas dépasser cette température pour éviter de détruire les enzymes.

## 3 FINITION ET CONSERVATION

Tamiser la purée au sac à lait de noix, puis ajouter de l'eau pour obtenir 1 L (4 tasses) de lait. Conserver au réfrigérateur jusqu'à trois jours. Bien mélanger avant de servir.