

Dolce francese con latte e miele

Senza glutine



Ingredienti

500 ml di latte senza lattosio

2 uova intere

50 gr di miele

30 gr di amido di mais #

1 cucchiaino di estratto di vaniglia

Un pizzico di sale

Cannella o frutta secca (opzionale) per decorare

Procedimento

In una ciotola, sbattete le uova con il miele fino a ottenere un composto omogeneo. Aggiungete l'amido di mais e mescolate per eliminare eventuali grumi. Scaldate il latte: versate il latte in un pentolino e scaldatelo a fuoco medio-basso con l'estratto di vaniglia, senza portarlo a ebollizione. Unite i composti: aggiungete lentamente il latte caldo al composto di uova e miele, mescolando continuamente per evitare che le uova si rapprendano. Mettete il tutto nel pentolino e cuocete a fuoco basso, mescolando costantemente con una frusta. Dopo pochi minuti, la crema inizierà ad addensarsi. Versate negli stampi: una volta pronta, distribuite la crema in coppette o pirottini. Lasciate raffreddare a temperatura ambiente e poi mettete in frigorifero per almeno 2 ore. Potete decorare il dolce con una spolverata di cannella, scaglie di mandorle o nocciole tritate per aggiungere croccantezza. È delizioso anche servito con un filo di miele extra o qualche fettina di frutta fresca.

Ricetta dal web