

# *Lait d'amande {home made}*

## *Pour 500ml de lait d'amande*

*175g d'amande*

*625ml d'eau*

Faites bouillir l'eau et filtrez là à travers une étamine ou un torchon propre.

Lavez les amandes en les passant plusieurs fois sous l'eau. Placez-les dans un grand bol, saladier... enfin un récipient quoi!!

Versez l'eau sur les amandes et laissez tremper toute une nuit (8h minimum).

Le lendemain, mixez grossièrement les amandes dans l'eau et passez le tout à travers un tamis fin ou un filtre à café (à thé pour moi), pressez pour récupérer tout le jus et voilà un lait d'amande tout chaud.

Vous pouvez sucrer le lait d'amande avec un peu de sucre ou de miel, ou y ajouter de la vanille, de la cannelle a vous d'être créatif

Comme rien ne se perd tout se transforme, gardez la pulpe des amandes pour.... vous verrez ça plus tard.