

# CRÈME CARAMEL AU CHOU-FLEUR

## *Ingrédients (par personne) :*

- 2 bouquets de chou-fleur
- 1 noisette de beurre ghee (ou beurre clarifié)
- 1 cuiller à café bombée de sucre de coco
- 1 cuiller à café de miel
- 1 pincée de gousse de vanille moulue

## *Recette :*

1. Faites cuire les bouquets de chou-fleur à la vapeur pendant 15 minutes. Dès qu'il est prêt, réduisez-le en purée à l'aide d'une fourchette ou d'un mixeur-blender.
2. Dans une petite casserole, faites chauffer une noisette de beurre clarifié ; ajoutez le sucre de coco et le miel.
3. Dès que le sucre de coco caramélise avec le beurre fondu, mélangez-le avec la purée de chou-fleur en ajoutant une pincée de gousse de vanille moulue. Versez le mélange obtenu dans des ramequins que vous placerez au frigo pendant 2 heures avant dégustation.