



Lait de coco



Faire son lait de coco c'est possible !

Le lait de coco s'utilise dans beaucoup de préparation aussi bien sucrée que salée.

Si le résultat vous semble trop épais il vous suffira de lui ajouter un peu d'eau .

Ingrédients : Pour 1 litre de lait

250 g de noix de coco déshydratée et râpée (donc sèche)

1 litre d'eau chaude

Préparation :

La veille mettre tremper la coco râpée dans l'eau chaude durant 24 h .

Dans un blender, mixez à pleine puissance la noix de coco avec l'eau pendant 2 minutes.

Laissez tiédir dans une casserole puis filtrez à l'aide d'une étamine .

Pressez le linge pour faire sortir tout le lait de coco .

Vous obtenez alors un lait de coco à boire gras et épais que vous pouvez consommer tout de suite.

Info – conseils :

La conservation se fait donc au frigo .

Il se conserve 48 h!

Vous pouvez varier la quantité de coco râpée , pour augmenter ou diminuer l'onctuosité de ce lait .

Mais le minimum pour 1 litre sera de 100 gr !!

Pour la conservation je vous suggère de le conserver dans un pot ou bouteille à jus avec une entrée assez large car durant son passage au frigo. Celui-ci va se figer .

Dans le cas d'une bouteille normale vous risquez de tomber sur un os si le durcissement forme un bouchon dur .