

Glace aux fruits vegan

Ingrédients :

- 100 gr de fruits (fruits rouges, n'importe lequel, pêche, brugnon, poire, pomme avec 1 cuillère à soupe d'alcool, banane, mangue, etc.)
- 1 yaourt au soja
- 1 à 2 cuillères à soupe de sirop d'agave selon goût
- 1 cuillère à soupe de jus de citron

Préparation :

-couper les fruits en morceaux sauf pour les plus petits, la banane en rondelles.

-congeler les 100 gr de fruits pendant une demi-heure, voire une heure avant (ils doivent être à moitié congelés et non pas durs comme des pierres). S'il s'agit de fruits congelés, les décongeler à moitié. Si les fruits sont trop congelés, ils ne se mixent pas bien.

-Dès qu'ils ont atteint le taux de congélation souhaité (ni trop, ni pas assez), les déposer au fond d'un mixer disposant d'un bol (mini hachoir Seb dans ce cas faire la glace en deux fois pour éviter les débordements, un mixer avec un bol un peu plus grand est parfait).

-Rajouter le yaourt de soja, le sirop d'agave et le jus de citron et mixer le tout.

On obtient une glace un peu molle qu'il vaut mieux recongeler une demi-heure minimum avant utilisation ou consommation.