



# // Lassi vegan aux myrtilles et cassis //



## Conseils pratiques :

Recette pour 4 personnes :

Si vous prenez des myrtilles fraîches, remplacez la moitié de l'eau par des glaçons, ainsi le lassi sera délicieusement frais et pourra être servi de suite.

Si vous voulez préparer le lassi et le savourer plus tard : gardez-le au frais et remixez-le bien avant de le servir. Le lassi peut se garder deux jours au réfrigérateur.

## Ingrédients :

400	g	de Tofu Soyeux
400	g	de myrtilles surgelées
400	ml	d'eau plate
60	ml	de sirop ou de liqueur de cassis
3	cs	de jus de citron
3	cs	de sucre de canne
1	branche	de menthe fraîche
1	prise	de sel

## Divers:

4	verres à latte macchiato
4	pailles



Essayez aussi cette recette avec d'autres baies, fruits et sirops. Tenez compte du fait que la consistance du lassi peut changer suivant les fruits. Dans ce cas, adaptez la quantité d'eau.

## Préparation :

Mettre les myrtilles, le Tofu Soyeux, l'eau, ainsi que le sirop, le jus de citron, le sucre et une prise de sel dans un mixer. Mixer soigneusement jusqu'à ce que les baies soient broyées et le lassi de tofu soyeux bien crémeux. Vous pouvez également utiliser un mixer plongeant avec un récipient approprié.

Verser dans les verres. Décorer avec quelques feuilles de menthe et une paille. Servir aussitôt et déguster.