

Dessert abricot-tofu

Pour les ingrédients :

- 1 barquette de 400 g de tofu soyeux
- 400 g d'abricots (poids sans noyaux)
- 3 c. à s. de sirop d'agave

A l'action :

Rincer et dénoyauter les abricots.

Mixer 400 g de tofu soyeux avec les abricots et 3 cuillères à soupe de sirop d'agave dans le bol d'un blender ou à l'aide d'un mixeur afin d'obtenir une crème onctueuse.

Verser la préparation dans des verres.

Réserver au réfrigérateur.

On peut remplacer le sirop d'agave par du sucre roux ou du sirop d'érable ou du miel ou du sirop de riz.