

Œufs au lait d'épeautre

Pour 6 personnes

Pour les ingrédients :

- 1 gousse de vanille bio
- 1 litre de lait d'épeautre
- 6 œufs bio
- 4 c. à s. de sirop d'agave

A l'action :

Fendez la gousse de vanille et enlevez les graines.

Faites tiédir le lait d'épeautre avec les graines de vanille.

Battez les œufs, sans les faire mousser, avec le sirop d'agave.

Ajoutez le lait tiède en filet.

Filtrez soigneusement.

Versez dans 6 ramequins.

Faites cuire à 150°C (th. 5), dans un four non préchauffé, pendant 1 heure.

Laissez refroidir, puis placez au réfrigérateur pour au moins 2 heures avant dégustation.

Vous pouvez glisser vos gousses ainsi débarrassées de leurs graines dans une bouteille de rhum agricole blanc.

LE PETIT EPEAUTRE d'Estérelle Payany
Série *Les toqués du bio*, Éditions *la plage*