



GROUPE SCOLAIRE DE THIO
CLASSE DE CE2 - 2019

RECETTE VEGAN - GÂTEAU DE RIZ AU COCO AVEC
SON COULIS DE POMME LIANE



RECETTE VEGAN - GÂTEAU DE RIZ
AU COCO AVEC SON COULIS DE
POMME LIANE

INGRÉDIENTS

- 100 g de riz long Sunwhite
- 40 g de sucre
- 1 L de lait de coco frais
- 1 gousse de vanille
- 10 pommes liane
- 50 g de sucre
- 1 cuillère à soupe de jus de citron

Préparation : 25 min

4 parts

Cuisson : 30 min

GÂTEAU DE RIZ AU COCO

Etape 1 :

1. Doser 100 g de riz dans le verre à mesure et le mettre dans la marmite à riz.
2. Laver le riz soigneusement et répéter le lavage 3 fois.
3. Mesurer le riz avec l'eau.
4. Mettre le riz dans le support de la marmite et demander à un adulte de brancher la marmite et le mettre à cuire.

Etape 2 :

Râper 4 cocos secs dans un saladier et les presser dans un torchon propre jusqu'à obtenir un litre de jus de coco.

Etape 3 :

1. Mettre dans une casserole sur feu doux le lait de coco pressé avec le sucre et la gousse de vanille coupée en petits morceaux.
2. Remuer doucement jusqu'à ce que le lait devienne crémeux.
3. Transvaser dans des ramequins et laisser au réfrigérateur 3 H.



RECETTE VEGAN - GÂTEAU DE RIZ
AU COCO AVEC SON COULIS DE
POMME LIANE

USTENSILES

- 1 marmite à riz
- 1 passoire
- 1 verre à mesure
- 1 cuillère en bois
- 1 saladier
- 1 torchon
- 1 couteau
- 1 spatule
- 1 plaque de cuisson

Equipements :

- 1 paire de gants
- 1 charlotte

Préparation : 25 min

4 parts

Cuisson : 30 min

COULIS DE FRUIT DE LA PASSION

Etape 1 :

1. Couper les fruits de la passion et récupérer les graines et le jus dans une passoire posée sur un saladier pour récupérer le plus de jus possible.
2. Bien presser le mélange à l'aide d'une spatule.

Etape 2 :

1. Transvaser le jus dans une casserole et y introduire le sucre et le jus de citron.
2. Porter le tout à ébullition à feu moyen et laisser réduire à petit bouillon pendant 15 min.

Réserver au frais et le mettre sur le gâteau de riz coco avant de servir.

Bon appétit !