

alimentarium

LAIT CHAÏ

POUR 2 TASSES

Ingrédients

300 ml d'eau
20 g de sucre de canne
1 bâton de cannelle (ou cannelle en poudre)
6 graines de cardamome hachées
2 anis étoilés
4 clous de girofle
10 g de gingembre frais râpé ou ½ cc de gingembre en poudre
5 g de thé noir ou 2 sachets
100 g de lait de soja

Réalisation

- Dans une casserole, porter à ébullition l'eau, le sucre et les épices puis ajouter le thé.
- Laisser infuser hors du feu et à couvert une dizaine de minutes.
- Ajouter le lait de soja, réchauffer puis filtrer le mélange.
- Vous pouvez le déguster chaud ou froid.

Astuce

Libre à vous de modifier la composition d'épices mais veillez à respecter un bon équilibre entre les différents parfums.