

DOLCI, FRUTTA E DESSERT

Tiramisù macrobiotico

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: media REPERIBILITÀ ALIMENTI: media



INGREDIENTI

1 l di latte di riso
1 bacca di vaniglia
sale
scorza di un limone
4 cucchiaini di crema di mandorle
4 cucchiaini di malto di riso
4 cucchiaini di Kuzu (amido)
mandorle tostate tritate
fette biscottate integrali o biscotti
caffè yannah (orzo).

PREPARAZIONE

- 1 Portate a ebollizione il latte di riso con la bacca di vaniglia e un pizzico di sale e far bollire per 10 minuti. Aggiungete la crema di mandorle, il malto e il Kuzu precedentemente sciolto in poca acqua fredda.

Fate bollire il tutto ancora per cinque minuti. Lasciate intiepidire e poi aggiungete la scorza del limone grattata e mescolate bene.

Preparate del caffè yannoh e inzuppate bene le fette o i biscotti. In una pirofila (o se preferite in coppette da porzione) fate uno strato con la crema e uno con i biscotti inzuppati e cospargete infine con la granella di mandorle.