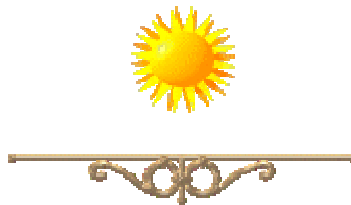


Fiche recette 200

Riz au Lait glacé à l'Indienne.

*(Plat végétarien). Préparation : 1 heure - Réfrigération 2 heures
(Il est préférable de préparer le dessert à l'avance)*



Ingrédients pour 4 personnes.

150 g de riz long, 1,5 l de lait, 2 cuillers à café grains de cardamome, 200 g de sucre en poudre, 2 cuillers à café d'eau de rose, quelques zestes de citron confits.

Réalisation.

Faire tremper le riz 30 minutes dans l'eau froide. Porter le lait à ébullition. Egoutter le riz et l'ajouter dans le lait bouillant ainsi que les grains de cardamome et quelques zestes de citron. Faire cuire le tout à feu moyen pendant 30 minutes en remuant de temps en temps. Lorsque le riz est crémeux, ajouter le sucre et prolonger la cuisson 10 minutes en remuant fréquemment avec une spatule en bois. En toute fin de cuisson, ajouter l'eau de rose et arrêter le feu.

Verser le riz au lait dans des coupelles et placer les au réfrigérateur pendant 2 heures. Servez glacé décoré de zestes de citron confits.