CAJOUKIRI NATURE OU BIEN AUX HERBES DE PROVENCE

INGREDIENTS POUR 1 PETIT BOCAL LEPARFAIT®

- 125g de noix cajou trempées 2 heures
- 31g de Plasma de Quinton
- 15g de jus de citron
- 15g de sirop d'agave
- 1/4 de cuillère à café de levure maltée
- 1/4 de cuillère à café de miso de riz
- - d'1/6ème de ferment à kéfir de fruits Yalacta (cf produit dans la recette en vidéo du yaourt végétal à la purée d'oléagineux)
- Option : 1 cc d'Herbes de Provence

DURÉE DE CONSERVATION : 6 JOURS

PRÉPARATION

1. Faire tremper les noix de cajou 2h et égouttez-les.

2. Déposez les noix de cajou dans un blender + le plasma de Quinton, le jus de citron, le sirop d'érable, la levure maltée, le miso et les ferments.

3. Versez dans un bocal en verre et fermez hermétiquement.

4. Laissez fermenter à température ambiante 12 à 14h.