

### **CAMEL SALÉ VEGAN**

160 ml crème de noix coco ou lait coco  
1 à 3 cs. de sirop d'érable  
½ cs. de fleur de sel

Prélever uniquement la crème du lait de coco et garder le liquide pour une autre recette.

Faire fondre la crème de coco dans une casserole sur feu moyen.

Ajouter le sirop d'érable et baisser le feu.

Laisser mijoter 15 min jusqu'à ce que le caramel épaississe en remuant parfois

Ajouter la fleur de sel, éteindre le feu et remuer jusqu'à ce que le sel se dissolve

Attendre que le caramel refroidisse

### **YAOURT VEGAN AUX AMANDES**

Purée d'amandes : ¼ tasse d'amandes & ¼ tasse d'eau - passer au mélangeur

1 tasse de boisson aux amandes

½ tasse de crème de soja

Purée d'amandes

¼ cs. d'agar-agar

Dans une casserole à feu moyen, verser la boisson d'amande et la crème - Fouetter

Aux premiers frémissements, verser la purée d'amande et fouetter vivement

Baisser la préparation chaude à feu doux, puis ajouter l'agar-agar

Fouetter vivement pendant 3 minutes

Ensuite disposer une petite passoire sur vos pots de yaourt et verser le mélange

La passoire permet que les yaourts soient bien crémeux

Laisser refroidir à température ambiante, puis disposer vos yaourts pendant 3h au frais

### **GRUAU D'AVOINE, CHIA & BLEUETS**

1/2 de tasse de flocons d'avoine à cuisson rapide

2 c. à soupe de graines de chia

½ tasse de boisson aux amandes

Bleuets au goût

Dans un petit pot masson, mélanger tous les ingrédients ensemble

Laisser reposer au réfrigérateur toute la nuit

