

Tiramisu Veggy

Sans produits laitiers, sans œufs et sans gluten, on obtient une version plus légère à digérer de ce célèbre dessert et tout aussi gouteuse.

Ingrédients :

- 1 boîte de Tofu soyeux (marque Soy) : c'est un tofu crémeux très mou.
- 1 sachet de sucre vanillé
- 6 bonnes grosses cs de sucre rapadura ou blond ou de sucre de coco (indice glycémique très bas)
- 50ml de café
- des boudoirs bio sans gluten
- Cacao amer ou cacao cru (c'est un super aliment)

Recette :

- Mettre le tofu soyeux, le sucre et le sucre vanillé dans un blinder et émulsionner pendant 10mn.
- Le mélange doit être très aérien et mousseux.
- Humecter les boudoirs de café.
- En disposer une couche bien serrée au fond du plat.
- Verser une couche de crème. Alternner une autre couche de boudoirs humectés de café et une dernière couche de crème.
- Saupoudrer de cacao cru
- Réserver au frais au moins 1/2 journée (le top c'est 1 jour)

Bon appétit

