

Chai au lait végétal

Retrouvez toutes les recettes de
Marielle sur notre blog de cuisine :
www.cuisine-moi-un-fenouil.fr



5 minutes



5 minutes



6 personnes

INGRÉDIENTS

- 1 litre de **boisson végétale** d'avoine* ou de millet
- 1 c à s d'**épices massala** (disponibles en vrac)

*peut contenir des allergènes

1. Verser le litre de lait végétal dans une casserole et ajouter les épices.
2. Porter à ébullition et arrêter la cuisson.
3. Laisser infuser 5 à 10 minutes.
4. Déguster accompagné d'une orange bio, d'un morceau de moelleux au miel et à la châtaigne ou d'une part de pain d'épices sans gluten ni lait !

Chai au lait végétal

Retrouvez toutes les recettes de
Marielle sur notre blog de cuisine :
www.cuisine-moi-un-fenouil.fr



5 minutes



5 minutes



6 personnes

INGRÉDIENTS

- 1 litre de **boisson végétale** d'avoine* ou de millet
- 1 c à s d'**épices massala** (disponibles en vrac)

*peut contenir des allergènes

1. Verser le litre de lait végétal dans une casserole et ajouter les épices.
2. Porter à ébullition et arrêter la cuisson.
3. Laisser infuser 5 à 10 minutes.
4. Déguster accompagné d'une orange bio, d'un morceau de moelleux au miel et à la châtaigne ou d'une part de pain d'épices sans gluten ni lait !



FENOUIL SARGÉ
du lundi au samedi
de 9h à 19h
ZAC de la Pointe
02 43 81 87 71

FENOUIL RUAUDIN
du lundi au samedi
de 9h à 19h
Parc des Hunaudières
02 43 78 93 82

FENOUIL UNIVERSITÉ
du lundi au samedi
de 9h à 19h
22 bd. Louis Leprince-Ringuet
02 43 88 36 70

FENOUIL RÉPUBLIQUE
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
1 b rue Gambetta
02 85 29 15 80

FENOUIL ATLANTIDES
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
6 avenue d'Houza
02 85 29 29 69



FENOUIL SARGÉ
du lundi au samedi
de 9h à 19h
ZAC de la Pointe
02 43 81 87 71

FENOUIL RUAUDIN
du lundi au samedi
de 9h à 19h
Parc des Hunaudières
02 43 78 93 82

FENOUIL UNIVERSITÉ
du lundi au samedi
de 9h à 19h
22 bd. Louis Leprince-Ringuet
02 43 88 36 70

FENOUIL RÉPUBLIQUE
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
1 b rue Gambetta
02 85 29 15 80

FENOUIL ATLANTIDES
du lundi au samedi
de 9h30 à 19h30
6 avenue d'Houza
02 85 29 29 69