



## Nos recettes

### Réalisez vous-même votre lait végétal !

- ① Mixer tous les ingrédients
- ② Aromatiser et sucrer à votre convenance
- ③ Verser la préparation dans une bouteille en verre refermable

Se conserve 4 jours au frais  
cuisson et faire cuire 20 minutes

#### Ingrédients pour 1l environ

- 🌿 100g de purée d'oléagineux de votre choix (amande, noisette-chocolat...)
- 🌿 800 ml d'eau
- 🌿 1 belle pincée de fleur de sel

Bonne dégustation !

