

## Le meilleur smoothie du monde

Un titre un brin pompeux ?

Les goûts de chacun étant très différents, j'utilise rarement des termes qualitatifs aussi subjectifs dans mes titres.

Mais là, si.

Parce que ce smoothie est vraiment exquis.

Je l'ai dégusté en me baladant dans mon jardin (qui regorge en ce moment de quetsches & de pêches jaunes).

Bref. Le rêve.

Seul hic... Un des ingrédients se trouve difficilement.

Ben oui, mais un tel délice vaut largement qu'on se bouge un peu.

La **farine de lucuma** peut être utilisée dans les smoothies, glaces, pâtes à gâteaux.

Selon [just care](#), on pourrait même s'en servir pour remplacer les oeufs pour son pouvoir **liant** des matières grasses & les sucres (je n'ai pas encore testé).

Gustativement, elle ressemble un peu à la [caroube](#), mais elle est plus vanillée, et moins « caramel ». Elle a aussi ce côté « cocoon ».

Si vous souhaitez la goûter, vous pouvez la trouver chez [Voy Alimento](#) ou chez [Market' Veg](#).



### Ingrédients :

- 1 pêche jaune bien mûre
- 3 quetsches
- 100 ml de lait de riz
- 1 cac (très) bombée de farine de lucuma

### Préparation :

1. Lavez les fruits, dénoyotez les (coupez les en 2, ça vous facilitera la vie).
2. Mettez tous les ingrédients dans votre blender, et mixez. Versez dans un verre. Savourez.

La texture est très **onctueuse**, presque crémeuse.

C'est complètement subjectif, mais j'ai adoré la couleur : un couleur violette clair parsemée d'éclats de violet plus foncé.

Le goût est indescriptible (non, je n'essaie pas de vous tenter).

Délicatement **sucré** par les fruits, le **mariage de la pêche & des prunes** est très bon : le goût des 2 fruits se fondent l'un dans l'autre, comme pour créer un nouveau fruit.

La farine de lucuma apporte une petite note... **sucrée, vanillée/lactée**, et contrebalance joliment avec la pointe d'acidité des fruits.

Assez difficile à décrire : je vous inviterai bien chez moi pour vous la faire goûter... Parce qu'un délice pareil, ça se partage.