

Deux boissons cacaotées



Boisson « Feu »

Ingrédients :

- 250 ml d'eau
- 7 fèves de cacao crues
- 1 petite pointe de couteau de piment doux
- 2 baies roses
- 1 baton de cannelle
- 1 cac de sirop d'agave

Préparation :

1. Dans une casserole, versez l'eau, les fèves de cacao, le piment, les baies roses, le baton de cannelle.
2. Allumez le feu, et lorsque l'eau arrive à ébullition, baissez le feu, et laissez le mélange mijoter à couvert, pendant 5 minutes.
3. Retirez le baton de cannelle, et mixez le tout dans un blender.
4. Filtrez (à l'aide de 2 filtres à café, ou d'une passoire très très fine).
5. Ajoutez le sirop d'agave, et servez chaud ou tiède.

Boisson « Terre »

Ingrédients :

- 250 ml d'un lait végétal (riz, châtaigne ou noisette)
- 3 cas de crème végétale liquide (riz ou avoine)
- 1 cac rase de cacao en poudre
- 2 cac de sucre de fleur de coco
- 1 pincée de vanille
- 1 cac de lucuma (facultatif)

Préparation :

1. Dans une casserole, versez tous les ingrédients, et faites chauffer à feu doux pendant 1 à 2 minutes, juste le temps qu'il faut pour que le mélange arrive à la température voulue.
2. Mixez au besoin, pour avoir un mélange le plus homogène possible (facultatif – on peut mélanger manuellement avec un petit fouet).
3. Servez tiède, voir chaud.