

# Crema Caramel

## INGREDIENTI

- 500 ML. DI LATTE DI SOIA
- 1 BACCELLO DI VANIGLIA
- 2 UOVA
- 4 TUORLI
- 80 ML. DI SUCCO D'ACERO
- 80 ML. DI MALTO DI RISO

## PROCEDIMENTO

- Fate scaldare il latte con il baccello di vaniglia senza portarlo ad ebollizione
- Togliere il baccello di vaniglia.
- In una ciotola, lavorate con la frusta elettrica le uova, i tuorli e il dolcificante; aggiungete poi lentamente il latte caldo.
- In una pentolina di acciaio a fondo spesso, sciogliete il malto di riso con un cucchiaino d'acqua.
- Distribuitelo negli stampini, girandolo per farlo aderire alle pareti.
- Accendete il forno e preriscaldatelo a 180°C.
- Versate negli stampini la crema filtrandola attraverso il colino.
- Disponete gli stampini in una teglia da forno in cui avrete versato acqua a sufficienza fino ad arrivare a metà altezza degli stampini.
- Coprite con un foglio di carta di alluminio e passate in forno per 45 minuti.
- La crema sarà pronta quando uno stecco infilato al centro uscirà pulito.
- Lasciate raffreddare e tenetela in frigo fino al momento di servire.

Possono interessarti anche molte altre **ricette di cucina naturale e preventiva**. Resta in perfetta forma psicofisica alimentandoti nel modo più naturale possibile.