

Dessert

Portions : 6

Préparation : 5 minutes
(+ temps de refroidissement
du pouding de 2h)

Cuisson : 40 minutes

Conservation :

- Environ 4 jours
au réfrigérateur
- Ne se congèle pas



Pouding au riz



125 ml (1/2 tasse)
de **riz sec**



1 litre (4 tasses)
de **lait**



80 ml (1/3 tasse)
de **sucre**



5 ml (1 c. à thé)
d'**extrait de vanille**



1 ml (1/4 c. à thé)
de **cannelle moulue**



1 ml (1/4 c. à thé)
de **sel**

Ce pouding est une savoureuse
façon d'ajouter du lait au menu.

Préparation

1 Dans une casserole moyenne, mettre **tous les ingrédients**. Faire bouillir à feu moyen-vif, en mélangeant sans arrêt avec une cuillère en bois.

2 Lorsque ça bout, baisser à feu doux et cuire environ 35 minutes ou jusqu'à ce que le riz soit cuit. Mélanger aux 5 minutes.

Attention: La préparation monte lorsqu'elle bout. Surveillez-la et retirez la casserole du feu quelques secondes, le temps que la préparation baisse.

Variante: Vous pouvez ajouter 125 ml (1/2 tasse) de raisins secs ou d'autres fruits séchés hachés finement.

3 Fermer le feu et laisser tiédir.

4 Mélanger, puis verser dans un contenant et mettre le couvercle.

Astuce: Si vous n'avez pas de couvercle, déposez une pellicule de plastique sur la surface du pouding. Ceci évitera qu'une croûte ne se forme sur le dessus.

5 Placer au réfrigérateur jusqu'à refroidissement complet (au moins 2 heures).

Participation de l'enfant

2 ans et +

- Chercher avec vous les ingrédients de la recette
- Remplir les tasses et les cuillères à mesurer