

# FLAN AUX FLEURS DE SUREAU

## Ingrédients

- 1 litre de lait (ou boisson végétale)
- 1 poignée de fleurs de sureau
- 1 cuillère à café d'agar-agar
- 4 cuillères à soupe de sirop de riz (ou d'agave, ou du miel)
- 1 cuillère de purée d'amande (optionnelle)

## Préparation

La veille : Chauffer le lait. Laisser infuser les fleurs jusqu'au lendemain.

Le jour même : Filtrer le lait. Ajouter l'agar-agar, le sirop puis porter à ébullition plus ou moins 3 minutes.

Pour plus d'onctuosité, ajouter la purée d'amande en remuant bien avec un fouet

Verser dans des ramequins et laisser refroidir 2 heures



Recette proposée par Colette G  
d'après " les sauvageonnes s'invitent à table "de Christine-Ducros  
Troc-Recettes du 31 / 5 / 2018