Le lait d'amande

Ingrédients (pour 1 litre) :

- 350 g d'amandes
- 1 litre d'eau
- sucre (selon ses goûts)

Préparation 1 :

-faire tremper les amandes dans de l'eau pendant 12 heures
-moudre les amandes dans un mixeur ou un moulin à café
-enfermer les amandes moulues dans un torchon sans serrer et nouer
-immerger le nœud dans l'eau et bien le malaxer pour extraire le lait
-répéter ce malaxage à plusieurs reprises
-presser, essorer et égoutter le nœud au maximum
-sucrer selon votre goût.

Préparation 2 :

-faire tremper les amandes dans de l'eau pendant 12 heures
-mixer les amandes non émondées avec de l'eau dans un mixeur ou un blender
-filtrer dans une passoire fine
-filtrer à nouveau avec un filtre à café permanent ou un torchon
-sucrer selon votre goût.