

Demidje de Polenta, Figues, Pommes & Mûres

INGRÉDIENTS

Pour une personne

- * 40g de semoule fine de maïs
- * 200g de lait (*amande pour moi*)
- * 1 à 2 càs de crème d'amande (*type "Amande Cuisine" Bjorg ou La Mandorle*)
ou de la crème de coco ou de la crème liquide
- * 1 à 2 càs de sirop d'agave
- * 4 figues mûres
- * 1 à 2 càs de sirop d'érable
- * 1/2 pomme
- * 1 poignée de mûres fraîches

PRÉPARATION

Laver, essuyer, couper les figues en deux dans le sens de la longueur.

Dans une casserole, faire rôtir les fruits avec le sirop d'érable quelques instants. Réserver.

Dans une casserole, chauffer le lait d'amande, ajouter la polenta en remuant sur feu moyen. Bien remuer jusqu'à ce que le mélange épaississe (3 à 4mn). La consistance doit être onctueuse. Ôter du feu et ajouter la crème d'amande et le sirop d'agave.

Verser dans un bol. Ajouter la pommes en tranches, les figues rôties, les mûres. Déguster tiède.