



Κρέμα βανίλιας (χωρίς επεξεργασμένη ζάχαρη!)

Μερίδες: 4 Χρόνος προετοιμασίας: 10 λεπτά Χρόνος ψησίματος: Χρόνος αναμονής: 2 ώρες

Φυλάσσουμε την κρέμα στο ψυγείο για 3 μέρες.

Υλικά :

1 λίτρο γάλα της επιλογής μας
60 γρ. κορν φλάουρ
120 ml σιρόπι αγαύης ή maple
1 κ.σ. εκχύλισμα βανίλιας
50 γρ. βούτυρο της επιλογής μας

Εκτέλεση:

- 1) Ανακατεύουμε σε κατσαρόλα το γάλα με το κορν φλάουρ και βάζουμε σε μέτρια φωτιά.
- 2) Ανακατεύουμε συνέχεια με σύρμα για για 4-5 λεπτά ή μέχρι να αρχίσει να πήζει.
- 3) Προσθέτουμε το υγρό γλυκαντικό της επιλογής μας και το εκχύλισμα βανίλιας και συνεχίζουμε το ανακάτεμα για 3-5 λεπτά να πήξει λίγο ακόμα.
- 4) Αποσύρουμε από τη φωτιά, προσθέτουμε το βούτυρο και ανακατεύουμε καλά. Μοιράζουμε σε μπολάκια, αφήνουμε να κρυώσουν και αποθηκεύουμε στο ψυγείο για τουλάχιστον 2 ώρες να σφίξουν και να δροσίσουν.