



Tapioca aux bleuets rôtis

1 tasse de lait d'amande non sucré ou de lait de vache
1 boîte de lait de coco entier
1/2 tasse de tapioca petite perle
1/4 tasse de sirop d'érable
1/2 tasse d'eau

POUR LES BLEUETS SAUVAGES RÔTIS :

1 tasse de bleuets sauvages
cannelle, au goût

POUR LE PUDDING AU TAPIOCA :

Dans un petit bol, faire tremper les perles de tapioca dans le lait d'amande pendant une heure. Dans un plat allant au four, mélanger le tapioca trempé et les restes de liquide, le lait de coco et le sirop d'érable - j'ai utilisé un plat en céramique Corel.

Ajouter la 1/2 tasse d'eau au fond de l'autocuiseur et placer la grille dans la marmite. En utilisant une bonne longueur de papier d'aluminium, pliez-la en trois dans le sens de la longueur pour créer une écharpe pour votre plat de cuisson. Utilisez le harnais pour abaisser délicatement le plat sur la grille et le replier de façon à ce qu'il ne plonge pas dans les aliments.

Fermer le couvercle et cuire à haute pression pendant 8 minutes. Une fois la pression relâchée, ouvrez le couvercle, remuez bien le tapioca, avant que les perles avec se déposent au fond, et le liquide va monter.

Utilisez le harnais pour soulever avec précaution le plat de l'autocuiseur. Et placez-le au réfrigérateur pour qu'il refroidisse pendant au moins 6 heures. Il s'épaissira considérablement en refroidissant.

Une fois complètement refroidi, transférer dans des contenants de service individuels, si désiré.

POUR LES BLEUETS SAUVAGES RÔTIS :

Préchauffer le four à 350f.

Étendre les bleuets en une seule couche dans un plat allant au four en céramique et saupoudrer généreusement de cannelle.

Placer le plat de cuisson à découvert dans le four et faire rôtir au four, sans le toucher, pendant 20 minutes.

Retirer du four et servir chaud ou froid.

<https://www.cravethegood.com/pressure-cooker-tapioca-pudding-with-cinnamon-roasted-wild-blueberries/>