

RECETTE DU

LASSI «NECTAR DES DIEUX»



©Librairie La Source
Crédit photo: Sonia Lemay



LE LASSI, APPELÉ « NECTAR DES DIEUX », EST UNE BOISSON TRADITIONNELLE DE L'INDE. ELLE SE CONSOMME DURANT LES REPAS POUR APAISER LE FEU DES METS ÉPICÉS, POUR UNE COLLATION SAINTE, OU EN FIN DE REPAS POUR AIDER À LA DIGESTION.

DOUX, VELOUTÉ, PARFUMÉ ET ACIDULÉ, LE LASSI N'EST RIEN D'AUTRE QUE LE YOGOURT À BOIRE MAISON DES INDIENS. SES PRINCIPALES QUALITÉS ? SAVOUREUX ET DÉSALTÉRANT.

INGRÉDIENTS

- 1 à 2 mangues bien mûres
- 1 tasse de yogourt brassé nature
- 300 ml de **MASALA CHAI** (voir recette)
- 4 cuillères à thé de sucre

PRÉPARATION

- Pelez la mangue, coupez-la en morceaux;
- Réduire la mangue en purée au mélangeur;
- Ajoutez le yogourt, le **MASALA CHAI** frais et le sucre;
- Mélangez quelques secondes pour obtenir une préparation homogène;
- Servez frais ou avec des glaçons.

Régalez-vous !

Suivez-nous sur <https://www.facebook.com/librairielasource/>