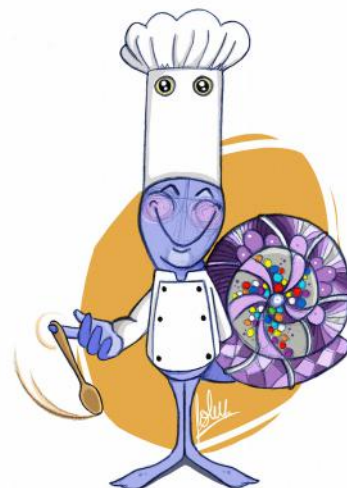




## RECETAS INDIAS

### Lassi de fresa y plátano



#### Ingredientes por persona

- 1 yogur natural sin azúcar
- 3 ó 4 fresas
- Medio plátano
- Una medida y media del vaso de yogur con agua
- 1 cucharadita de miel
- 1 cucharadita de azúcar
- 1 golpe de pimienta



#### Preparación

1. Ponemos todos los ingredientes juntos y a la vez en el vaso de la batidora y trituramos unos minutos hasta que quede bien mezclado y perfectamente molido. probamos de dulzor para rectificar la cantidad de azúcar o de miel si es necesario.
2. Dejamos enfriar en la nevera hasta el momento de servir. Servimos bien frío con un poco de menta picada.

### Panna cotta de thé chaï

#### Ingredientes para 4 personas

- 2 cucharas de café de thé chaï
- 60 cl de leche entera
- 100 g de leche concentrada azucarada.
- 1 hoja de gelatina.



#### Etapas de préparation

1. En una gran cacerola, verter la leche, y hacerla calentar dulcemente. Adjuntar el té y dejarlo hervir durante 5 minutos. Retirarlo posteriormente del fuego, cubrirlo y dejarlo reposar durante 15 minutos.
2. Poner la gelatina en agua fría, dejándola ablandar, escúrrela con las manos y ponla dentro del té para derretirla. Mezclalo todo y añade la leche concentrada e introduzcala en la nevera para poder enfriar.