

# LAIT DE SOJA



---

**Préparation :** 15 min - **Repos :** 8 h - **Cuisson :** - - **Matériel :** Extra Press

---

**Ingrédients :** 2 verres

- 150 g de soja jaune dépelliculé\* - 600 ml d'eau

---

1. Laissez tremper le soja dans de l'eau pendant au moins 8 heures.
2. Rincez-les à l'eau et passez-les à l'Extra Press par petites quantités en alternant avec la même quantité d'eau. Utilisez une louche pour passer à la fois les graines et l'eau.
3. Filtrez le lait et faites-le chauffer dans une casserole pendant 15 minutes tout en remuant.
4. Récupérez la pulpe se trouvant dans le filtre jus. Conservez la pulpe de soja pour réaliser des barres énergétiques (cf. recette)

Juice Expert 4 ■

Juice Expert 3 ■

\* Allergènes : cette recette contient du soja.