

*Riz, céréales et pain*

# Semoule au lait et sirop d'érable



**40 min** 5 min 5 min 30 min **78**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients  
pour 2 personnes

## Semoule au lait et sirop d'érable

20 g **Semoule**  
120 ml **Lait demi-écrémé**  
1 c. à café **Sirop d'érable**  
1 unité(s) entière(s)  
**Jaune(s) d'oeuf**

### Étape 1

#### Préparation de la semoule

- 1 Dans une casserole, mélanger le lait, le sirop d'érable, la semoule et le jaune d'oeuf
- 2 Mettre la casserole à feu moyen et ne pas cesser de remuer pendant 5 minutes. Prolonger la cuisson si vous souhaitez une consistance plus épaisse.

### Étape 2

#### Dressage

- 1 Verser dans des ramequins, laisser un peu refroidir, filmer et laisser refroidir au réfrigérateur.