

Déjà l'été et les vacances! Savais-tu qu'il est important de bien s'hydrater pendant cette saison chaude? Évidemment, l'eau est une boisson qui désaltère, mais le lait également puisqu'il contient presque 90 % d'eau en plus de contenir plein de bonnes petites choses comme des vitamines et des minéraux qui sont bons pour la santé de tes os et de tes dents. Il fait chaud et tu veux te rafraîchir? Essaie de faire de la crème glacée en 5 minutes, c'est facile! Voici comment tu peux faire :

Ingrédients :

125 ml (1/2 tasse) de lait au chocolat

60 ml (4 c. à soupe) de sel de table

2 à 3 plateaux de glaçons

Matériel :

1 petit sac à sandwich à fermeture à glissière

1 grand sac de plastique à fermeture à glissière

1 tasse à mesurer

Gants de cuisine

Préparation :

1. Prépare une surface de travail en prévoyant qu'elle pourrait se mouiller.
2. Remplis à moitié le grand sac à glissière avec des glaçons. Ajoute le sel. Ferme le sac et agite pour bien mélanger le sel.
3. Verse le lait au chocolat froid dans le petit sac à sandwich et ferme la fermeture à glissière.
4. Dépose le sac de lait au chocolat dans le sac rempli de glaçons. Ferme bien la fermeture à glissière.
5. Agite environ 5 minutes ou jusqu'à ce que le lait se transforme en crème glacée. Mets des gants de cuisine, car le sac devient très froid.
6. Essuie le petit sac. Ouvre-le délicatement et déguste ta crème glacée au chocolat!

Bon appétit!