**Lait de Poule**

*Pour bien se réchauffer au cœur de l’hiver*

**Pour un verre. Préparation 5min.**

**Ingrédients :**

 **-10 cl de lait entier fermier**

 **- 1 jaune d’œuf**

 **- 20g de cassonade**

 **- 1 pincée de muscade et cannelle en poudre**

 **- 1 cm de gousse de vanille**

 **- 1cl de rhum**

1. Faire chauffer le lait avec les épices et les graines de vanille.
2. Battre le jaune d’œuf avec le sucre pendant quelques minutes. Ajouter le rhum (ou l’extrait d’amande amère).
3. Verser le lait chaud sur l’œuf/sucre et mélanger.
4. Boire chaud ou froid.

**Le plus :** Utiliser des œufs extras frais BIO et du lait entier pour avoir une boisson plus savoureuse et de qualité.