

# Riz au lait

## en marmite norvégienne



( pour 4 personnes)

- 150 g de riz rond blanc
- 1 litre de lait demi-écrémé  
(le lait entier fonctionne aussi, pour un résultat plus onctueux)
- 4 à 6 cuillères à soupe de sucre (à ajuster selon vos goûts)
- 1 gousse de vanille fendue ou autre parfum au choix : thé, café, épices...)

### Étapes de préparation

**Important : tremper le riz dans l'eau froide pendant 1 heure minimum (sinon, le résultat reste un peu croquant).**

**Puis rincer et égoutter.**

**Porter à ébullition dans une casserole le lait, le sucre, le riz et le parfum choisi.**

- **Laisser frémir 2 minutes une fois que ça bout.**
- **Placer immédiatement la casserole dans votre marmite norvégienne.**
- **Laisser au chaud pendant au moins 1 heure.**
- **À la sortie, le riz est encore légèrement baigné dans du lait : il sera absorbé pendant le refroidissement.**
- **Goûtez, ajoutez du sucre si besoin, ou un nouveau parfum.**

Astuce :

Versez dans des ramequins pour le service et laissez refroidir.

Au moment de déguster, parsemez de cannelle, zeste de citron, fruits secs, sucre roux ou biscuits émiettés...

Faites-vous plaisir !

Avantages :

- Zéro débordement
- Aucun lait cramé au fond
- Une cuisson ultra-économique



*Préparation  
5 minutes*



*5 mn cuisson*



*1 heure  
en Marmite*



*mavieeco.fr*