



## Riz au lait à la vanille



**Nombre de convives**  
Pour 3 personnes



**Temps de préparation**  
10 minutes



Les apports nutritionnels :

- 1224 calories
- 660 mg de calcium

**Temps de cuisson**  
25 minutes

### Ingrédients

- ½ litre de lait ½ écrémé
- ½ gousse de vanille
- 125 g. de riz à grains ronds
- 25 g. de beurre.
- 75 g de sucre en poudre
- 1 petite pincée de cannelle en poudre
- 1 jaune d'œuf

### Préparation

- Mettre le riz pendant deux minutes dans une eau à ébullition, puis l'égoutter.
- Faire chauffer le lait avec la vanille et verser le riz et le beurre et laisser cuire 10 mn à feux doux.
- Incorporer le sucre et la cannelle et poursuivre la cuisson 10 minutes.
- Laisser légèrement refroidir et lier le jaune d'œuf à l'aide d'une spatule.

