

ΑΠΛΗ ΚΡΕΜΑ ΜΕ ΓΑΛΑ ΚΑΙ ΑΛΕΥΡΙ ΚΑΛΑΜΠΟΚΙΟΥ

Το γάλα είναι πολύ σημαντική τροφή που χρησιμοποιούμε στην καθημερινή μας διατροφή. Είναι η πρώτη τροφή που παίρνει ο άνθρωπος, όταν γεννηθεί. Περιέχει πολλές θρεπτικές ουσίες που μας βοηθούν να αναπτυχθούμε, να έχουμε γερά κόκκαλα και δόντια, και που μας δίνουν ενέργεια. Το γάλα το βρίσκουμε σε διαφορετικές μορφές στην αγορά και μπορούμε να το χρησιμοποιήσουμε και στη μαγειρική και στη ζαχαροπλαστική. Έχει επίσης πολλά προϊόντα.

Υλικά

- 1 ποτήρι γάλα φρέσκο
- 2 κουταλιές κοφτές ζάχαρη
- 1/2 κουταλάκι βανίλια *
- 1 γεμάτη κουταλιά αλεύρι καλαμποκιού
- γλυκά του κουταλιού και ασπρισμένα αμύγδαλα, για διακόσμηση

Σκεύη

- κατσαρολάκι
- ποτήρι
- κουτάλι σούπας
- κουταλάκι τσαγιού
- κουτάλι ξύλινο
- μικρή λεκάνη

Σειρά Εργασίας

1. Ρίξε στο κατσαρολάκι το γάλα, τη ζάχαρη, τη βανίλια και το αλεύρι καλαμποκιού.
2. Ανακάτεψε με ξύλινο κουτάλι, μέχρι να διαλυθούν όλα τα υλικά.
3. Βάλε το κατσαρολάκι σε χαμηλή φωτιά και ανακάτεψε συνεχώς, μέχρι να πήξει η κρέμα.
4. Κατέβασε από τη φωτιά και σέρβιρε.
5. Στόλισε την κρέμα σου με ψιλοκομμένα γλυκά του κουταλιού και ασπρισμένα αμύγδαλα.

*** Παραλλαγές**

Η βανίλια δίνει ωραίο άρωμα στην κρέμα. Άρωμα όμως δίνουν και το ανθόνερο και το ροδόσταγμα. Μπορείς αν θέλεις να βάλεις μια κουταλιά της σούπας από αυτά τα μυρωδικά. Δοκίμασε να δεις τη διαφορά.