



Glaçages

Recette sans gluten, sans produits laitiers (sans caséine) et hypotoxique

Par : Caroline Roy

Glaçage à la vanille

- 30 ml (2 c. à soupe) de boisson de soya, ou autre
- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive douce
- 5 ml (1 c. à thé) de vanille
- Sucre à glacer

1. Dans un bol, combiner la boisson de soya, l'huile et la vanille et battre vigoureusement à l'aide d'un fouet.
2. Ajouter graduellement du sucre à glacer, en fouettant entre chaque addition, jusqu'à l'obtention de la texture désirée.

Glaçage coloré naturellement

ORANGE OU ROSE

- 30 ml (2 c. à soupe) de jus de carottes à l'extracteur (orange) ou jus de betteraves (rose)
- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive douce
- 5 ml (1 c. à thé) de vanille
- Sucre à glacer

PRÉPARATION :

- Dans un bol, combiner le jus de carottes (ou de betteraves), l'huile et la vanille et battre vigoureusement à l'aide d'un fouet.
- Ajouter graduellement du sucre à glacer, en fouettant entre chaque addition, jusqu'à l'obtention de la texture désirée.

(Le jus de carottes nous permet de colorer naturellement nos glaçages. Pour une couleur rosée, on peut utiliser du jus de betteraves à l'extracteur.)

Glaçage à l'orange

- 30 ml (2 c. à soupe) de jus d'orange
- 15 ml (1 c. à soupe) d'huile d'olive douce
- 10 ml (2 c. à thé) de zeste d'orange
- 5 ml (1 c. à thé) de vanille



AUTRES GLAÇAGES

- Glaçage au chocolat
- Glaçage 7 minutes
- Glaçage aux noix de cajou
- Sucre à glacer maison

- Sucre à glacer

1. Dans un bol, combiner la boisson de soya, l'huile et la vanille et battre vigoureusement à l'aide d'un fouet.
2. Ajouter graduellement du sucre à glacer, en fouettant entre chaque addition, jusqu'à l'obtention de la texture désirée.

Glaçage imitation « fromage à la crème »

- 255 g (1 petit paquet) de « fromage à la crème »**
 - 40 g (1/3 tasse) de sucre à glacer
 - 5 ml (1 c. à thé) de vanille
1. Battre tous les ingrédients à l'aide d'un batteur électrique.
 2. Couvrir et réfrigérer pour que le glaçage fige.
 3. Étendre sur votre gâteau et conserver ensuite au réfrigérateur.

** Vous pourrez trouver dans plusieurs magasins d'excellents substituts au fromage à la crème, mais sans produits laitiers.

