

# MATCHA LATTE GLACÉ



Le matcha est une forme de thé vert finement moulu, en poudre, qui a une saveur d'herbe et d'umami distincte. Lors des cérémonies traditionnelles du thé au Japon, la poudre de matcha de haute qualité, dite "de cérémonie", est préparée avec de l'eau uniquement. Le matcha latte et son cousin, le matcha latte glacé, sont tous deux préparés avec du lait (et souvent des édulcorants) dans une adaptation moderne populaire en Occident.

---

## Infos

- **Temps de préparation:** 5 mins
  - **Temps de cuisson:** 0 mins
  - **Portions:** 1
- 

## Ingredients

- 3 cuillères à soupe d'eau chaude, plus si nécessaire
  - 1 cuillère à café bombée de poudre de matcha de haute qualité
  - 2 cuillères à café de sirop d'érable ou de miel, facultatif
  - Glace
  - ½ à ¾ tasse de lait
- 

## Préparation

### Etape 1

Si vous utilisez un chasen (fouet à matcha en bambou), trempez le fouet, à l'exception du manche, dans de l'eau chaude pendant que vous mesurez la poudre de matcha.

## **Etape 2**

Tamiser la poudre de matcha dans un petit bol ou un chawan (bol japonais traditionnel pour préparer et boire le matcha). Ajoutez une cuillère à soupe d'eau chaude à la poudre et utilisez le chasen ou un petit fouet pour mélanger le matcha et l'eau jusqu'à ce que le mélange soit lisse, qu'il ne reste plus de grumeaux visibles et que la poudre de matcha semble dissoute, soit environ 15 secondes.

## **Etape 3**

Ajouter les 2 cuillères à soupe d'eau chaude restantes et fouetter dans un mouvement rapide de va-et-vient jusqu'à ce que le mélange soit mousseux et complètement combiné, 30 à 60 secondes. Si nécessaire, ajouter le sirop d'érable ou le miel en fouettant.

## **Etape 4**

Remplir un grand verre de glace. Ajouter le lait et le matcha et mélanger. Servir immédiatement.