

# Recette du meilleur Thé Rooibos Latte (facile et rapide)

Le latte Rooibos est une boisson chaude confortable parfaite pour les soirées car il n'y a pas de caféine. Le mien est fait d'extrait de vanille et garni de cannelle pour le rendre encore plus savoureux.

Cette recette de latte rooibos est assez simple et on peut le personnaliser avec des suppléments pour la rendre un peu plus spéciale.

Avec celui-ci, on a ajouté du:

- miel
- extrait de vanille
- et de cannelle

pour améliorer et adoucir le latte.

## Qu'est-ce que le Rooibos?



*Le Cederberg au printemps en Afrique du Sud*

Le [rooibos](#) est une herbe d'**Afrique du Sud** dans les [montagnes de Cederberg](#), ce n'est donc pas un vrai thé. Une tisane rooibos signifie «buisson rouge» et il est prononcé ROY-BOSS.

Le rooibos est de couleur brun rougeâtre et ne contient pas de caféine, ce qui en fait une excellente boisson pour la soirée. Il a très peu de tanin, donc peu importe combien de temps vous le raidissez, il ne deviendra pas amer.

Vous pouvez boire du rooibos imprégné d'eau chaude ou avec du lait et du sucre.

## Pour faire le latte Rooibos



*Rooibos en vrac*

- **Rooibos en vrac** ou en sachets de thé. Si vous utilisez du liquide, utilisez un **filtre à thé**.
- **Extrait de vanille, lait, miel, cannelle** (facultatif)
- **Casserole** avec bec pour verser facilement.
- **Mousseur à lait**
- **Mugs en verre**

Habituellement, [le thé en vrac](#) est meilleur que le sachets de thé, car la qualité est tellement meilleure avec du thé en vrac; mais pour cette recette, on va utiliser les sachets de thé car il est plus facile de travailler avec.

Laissez le thé en vrac infusé dans l'eau flottant librement, mais le rooibos est trop petit pour fonctionner et peut faire un gâchis. Mettre les **rooibos** dans **des filtres à thé** pour le rendre plus facile.

Le rooibos latte comprend deux parties. Un pour les rooibos et un pour le lait.

Combinez tous les ingrédients du rooibos dans une casserole. Cette partie prend moins de 10 minutes.

La suivante est le moussage du lait. Une boisson n'est pas un latte sans une bonne mousse.

## **Lait moussant à la maison pour les lattes de thé**

Si vous n'avez pas de **mousseur à lait**, vous avez deux options différentes pour faire mousser le lait.

Tout d'abord, faites chauffer le lait dans une casserole, mais faites attention de ne pas brûler le lait. Laissez mijoter et remuer pour empêcher la formation d'une peau protéinée sur le dessus.

Une fois le lait chaud, utilisez une **buse à main** pour créer de la mousse.

Une autre méthode consiste à utiliser une presse française. Le lait chaud est pompé avec de l'air et la presse française crée une belle mousse .

Environ un tiers de la boisson est le thé rooibos avec du miel et de l'extrait de vanille.

Vous pouvez boire le rooibos de cette façon sans [ajouter de lait](#) et c'est toujours bon.

Le reste de la tasse est rempli de lait.

La recette fait deux lattes de rooibos.

Garnir de cannelle si vous le souhaitez.

## Rooibos Latte



*Tasse de thé Rooibos latte*

Rendement: Donne 2 tasses

Le latte Rooibos est une boisson chaude confortable parfaite pour les soirées car il n'y a pas de caféine.

### Ingrédients

- 2/3 tasse d'eau
- 4 cuillères à café de rooibos en vrac ou trois sachets de thé de rooibos
- 1/2 cuillère à café d'extrait de vanille
- 2 tasses de lait
- 2 cuillères à café de miel
- Facultatif: cannelle moulue comme garniture

### Instructions

1. Dans une casserole, faites bouillir de l'eau et retirez du feu. Faites cuire le rooibos à feu vif pendant environ 5 minutes.
2. Ajouter le miel et l'extrait de vanille.
3. Faire chauffer le lait à l'aide d'un mousser à lait.

4. Diviser le thé rooibos dans deux tasses. Remplissez-les de lait jusqu'au sommet et garnissez-les de cannelle.