



UNT DE MIGDALE FĂCUT ÎN CASĂ

Folosiți această pastă delicioasă și nutritivă pe sandvișuri, cu fulgi de ovăz, când preparați supe și sosuri sau pentru a oferi deserturilor o textură și o aromă foarte plăcută.

INGREDIENTE:

- 300 g migdale (sau alte nuci care vă plac)
- 1 lingură ulei din sămburi de struguri sau de migdale
- Arome opționale: scorțișoară, cardamom, vanilie, zahăr de cocos, cacao crudă etc.

METODĂ DE PREPARARE:

1. Așază migdalele într-un singur strat într-o tigaie uscată și rumenește-le la foc mediu, amestecând frecvent, până ce devin maronii. Lasă-le să se răcească un pic.
2. Pune migdalele într-un blender și amestecă-le timp de un minut până ce obții o făină de migdale nu foarte fină. Dă jos migdalele rămase pe pereții blenderului și lasă-le să se răcească timp de 10 minute.
3. Amestecă în blender migdalele încă un minut până ce obții o făină de migdale fină. Lasă la răcit 10 minute.
4. Repetă secvența de amestecare în blender și răcorire încă de 3-5 ori sau până ce obții o pastă de migdale cremoasă. Aduagă uleiul pe parcurs.
5. Aduagă aromele dorite și mai amestecă o dată în blender pentru a te asigura că este omogen.

PRODUSE iCOOK FOLOSITE:

- tigaie non-adezivă cu capac, 28 cm

Descarcă această rețetă în format PDF/ePub