

LEITE DE AVEIA

INGREDIENTES

1 xícara de aveia em flocos finos, médios ou grossos

2 1/2 xícaras de água mineral

1 xícara de pedras de gelo

MODO DE PREPARO

Deixe a aveia de molho na água dentro do liquidificador por 1 hora

Acrescente as pedras de gelo e bata bem por uns 5 minutos

Ponha em garrafa de vidro higienizada o líquido coado em coador fino ou pano; se achar muito viscoso, acrescente mais água e coe mais

Para quem pode, acrescente açúcar ou essência de baunilha, porém se trata de um leite vegetal que serve para substituir quaisquer receitas que leve leite animal, dispensando ou diminuindo até as que levem amido de milho ou farinha, pela sua viscosidade

©2026 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáceis

<https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/11534-leite-de-aveia.html>