PASTA DE AMENDOIM SUPERNATURAL

INGREDIENTES

200 g de amendoim sem pele e sem sal

50 ml de óleo de coco

1/4 de xícara de mel

100 g de farinha ou semente de chia

MODO DE PREPARO

Bata o amendoim no liquidificador até virar uma paçoca

Acrescente o mel e o óleo de coco até bater tudo e formar uma pasta cremosa

Coloque em um recipiente fechado na geladeira por 1 hora até esfriar (pronto)

©2025 todos os direitos reservados a Elder Recetas Fáciles

https://elderrecetasfaciles.com.br/receita/6951-pasta-de-amendoim-supernatural.html