

CREMA DE TOFU

¡Sin lácteos!

Otra opción de crema vegana.

Prepara esta deliciosa crema de tofu, crema neutra para guisos salados o para postres.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 1/2 Litro

- 1/4 de cucharadita de azúcar
- 1/4 de cucharadita de sal
- 350 gr. de Tofu suave
- 4 cucharadas de aceite vegetal
- 3/4 de taza leche vegetal (de su preferencia)

NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS.

Modo de preparación

y drenamos 350 gr. de tofu suave. Trozamos el tofu y lo ponemos en el vaso de la licuadora. Agregamos $\frac{3}{4}$ de leche vegetal, $\frac{1}{4}$ de cucharadita de azúcar y $\frac{1}{4}$ de cucharadita de sal. Agregamos 4 cucharadas de aceite vegetal y licuamos por un minuto. Vertemos en un recipiente si se va a utilizar en el momento o en un contenedor de cristal con tapa si es que se va a refrigerar.

NOTA.: TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS.

MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Ver video