

AGUA DE HORCHATA

Durante la época de la **conquista española**, la horchata de chufa llegó a nuestro país y sentó las bases para la bebida que conocemos actualmente.

En México, esta agua fresca se prepara con granos de arroz remojado y molido; después, se mezclan con agua endulzada y canela.

Prepara esta deliciosa agua fresca tradicional mexicana.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 1 Litro

- Canela
- Azúcar o endulzante de su preferencia
- 1/2 taza de arroz crudo
- 1/2 taza de leche condensada vegana
- 1 y 1/2 tazas de leche vegetal
- 2 tazas de agua

Modo de preparación

bien $\frac{1}{2}$ taza de arroz crudo y lo escurrimos. Lo ponemos en un recipiente y agregamos una taza de agua potable. Dejamos remojar por 30 minutos.

ese tiempo, pasamos el arroz con todo y agua al vaso de la licuadora y agregamos 1 y $\frac{1}{2}$ taza de leche vegetal de su preferencia, $\frac{1}{2}$ taza de leche condensada vegana, 1 taza de agua y una raja de canela. Licuamos hasta integrar bien los ingredientes (2 minutos aproximadamente). Apagamos la licuadora. Probamos de dulzor y agregamos al gusto.

En caso de no tener la leche condensada, pueden utilizar el endulzante de su preferencia.

el agua en una jarra con mucho hielo.

en un vaso y agregamos un poco de canela en polvo.

.

NOTA: Tenemos las recetas veganas de leche condensada y leche vegetal en esta página.

Ver video

UNA BENDICIÓN HABERLA CONOCIDO...

Sra. Deyanira que bendición haberla conocido por medio de este canal, siempre quise dejar la carne, pero por miedo a desbalancear mi organismo no lo hice porque te dicen que te va a ir mal si la dejas, ahora escuchando su testimonio voy a la segura.

¡Claro, con el gran apoyo de sus recetas, que por cierto he hecho varias de su canal y todas bien ricas!

ATTE

LAURA ALICIA GÓMEZ

Cuéntanos tu Testimonio y envía a cocinaveganfacil@

EL TESTIMONIO DE DEYANIRA

VER VIDEO