

QUESO TIPO MOZZARELLA

Delicioso sustituto de queso mozzarella, un queso fácil de elaborar, muy nutritivo, bajo en grasa y muy rico!

¡Tienes que probar!

INGREDIENTES

PORCIÓN: 225 gr.

- 1/2 cucharadita de ajo en polvo
- 1/2 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de levadura nutricional
- 1 cucharadita de vinagre de manzana
- 3 cucharaditas de harina de tapioca
- Limón
- 2/3 taza caldo verduras o agua
- 3/4 taza almendras

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

VER VIDEO DE MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Modo de preparación

un pocillo pequeño vertemos más de la mitad de agua. La ponemos a hervir y cuando ésta hierva, le agregamos $\frac{3}{4}$ de taza de almendras. Dejamos por dos minutos y apagamos el fuego. Dejamos reposar 10 minutos. Dejamos que enfríen y les retiramos la piel, apretando con los dedos de abajo hacia arriba de las almendras.

pasamos al vaso de la licuadora y agregamos $\frac{3}{4}$ de taza de caldo de verdura, si no tienen, puede ser agua. Licuamos hasta que quede bien molido. Apagamos la licuadora y agregamos una cucharadita de aceite de vinagre de manzana y 20 gotas de limón. Volvemos a licuar por 40 segundos y apagamos la licuadora. Agregamos 3 cucharaditas de harina de tapioca y volvemos a licuar otros 40 segundos. Apagamos la licuadora y agregamos una cucharadita de levadura nutricional, $\frac{1}{2}$ cucharadita de ajo en polvo y $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal. Volvemos a licuar por uno o dos minutos. Apagamos la licuadora.

una cacerola, vertemos un poco de aceite vegetal y untamos por todos lados. Agregamos la mezcla que tenemos en la licuadora y la ponemos a fuego medio. Movemos constantemente durante 7 minutos y apagamos el fuego. Nos mojamos las manos y con cuidado de no quemarnos, sacamos con una cuchara, una parte de la mezcla y hacemos una bola. La ponemos en un plato. Nos volvemos a mojar las manos y sacamos el restante de la mezcla. La unimos con la bola que ya tenemos y hacemos una bola grande. La pasamos a un recipiente con agua helada y la metemos al congelador por 20 minutos.

ese tiempo, sacamos el recipiente del congelador y sacamos el queso del recipiente.

.

Ver video