



Receitinhas

CREAM CHEESE DE CASTANHA DO CAJU

INGREDIENTES:

- 1 1/2 xícaras de castanha de caju
- 4 colheres (sopa) de vinagre
- 2 colheres (de sopa) de suco de limão
- 1 colher (chá) de raspas de limão
- 3 colheres (sopa) de água (mais água para deixar as castanhas de molho)
- 3 cebolinhas picadas
- 3 colheres (de sopa) de salsa picada
- Sal marinho (a gosto)
- Pimenta preta (a gosto)

MODO DE PREPARO:

Deixe os caju de molho durante a noite (ou por até 24 horas). Drene e lave os caju e adicione a um processador de alimentos com vinagre, suco de limão e água. Misture até ficar homogêneo adicionando 2 colheres de água se necessário. Transfira o purê de castanhas de caju em uma tigela e adicione os ingredientes restantes. Deixe a mistura drenando em um voil por cerca de duas horas e descarte o líquido que escorrer. Deixe na geladeira (ainda dentro do voil) durante a noite para que ainda mais água seja drenada e o cream cheese fique firme. Retire o creme do Voil com cuidado e sirva em uma tigela.





www.vanessamigray.com.br 

[vanessamigraynutricionista](#)  

nutricionista@vanessamigray.com.br 

