

# MANTEIGA DE AMENDOIM



## INGREDIENTES

- 1 KG AMENDOIM C/CASCA GROSSO (EXISTE O PEQUENO HÁ VENDA NO MERCADO)
- NO FIM DE DESCASCAR E SEM PELE RENDEU 600 GR.
- RENDEU 2 FRASCOS DE 700 ML NO FIM DE PRONTA.

## CONFEÇÃO

1. Colocar a lâmina ultrablade com os amendoins e programar vel 12/1 minutos.

---
2. Depois com a espátula baixar a mistura do copo e triturar novamente de 30 em 30 seg/vel 9 e 10, até há consistência desejada.

---
3. Colocar em frascos e levar ao frigorífico...

---
5. O seu consumo deve ser moderado mas tem muitos benefícios para a saúde.

---