

WAFFLES DE AMÊNDOA E COCO - PALEO



CONFEÇÃO

1. Lâmina ultrablade

2. Colocar os ovos com o leite e o azeite na velocidade 6 por 1 minuto. Adicionar as farinhas previamente misturadas. Programar velocidade 5 por 1 minuto ou até ficar uma mistura homogênea. Aquecer a máquina de waffles, untar ligeiramente com óleo de coco ou azeite (caso seja necessário), derramar o preparado e deixar cozinhar cerca de 4 minutos.

3. Receita adaptada de mamapaleo.blogspot.com

INGREDIENTES

- 4 OVOS MÉDIOS
- 30 GRS DE FARINHA DE AMÊNDOA
- 20 GRS DE FARINHA DE COCO
- 10 GRS DE LINHAÇA DOURADA MOÍDA
- 10 GRS DE COCO RALADO
- 4 COLHERES DE SOPA DE AZEITE EV OU ÓLEO DE COCO
- 4 COLHERES DE SOPA DE LEITE DE AMÊNDOA OU COCO
- 1 COLHER DE CHÁ DE FERMENTO SEM GLÚTEN
- OPCIONAL: RASPA DE LIMÃO OU DE LARANJA, CANELA, AMÊNDOA PICADA OU MEL