

ÓLEO DE COCO A FRIO 100% PURO

INGREDIENTES

- 4 cocos maduros
- 4 porções de água dos cocos
- 4 l de água mineral (caso necessário)

MODO DE PREPARO

- Pegue duas garrafas pet de 3 litros e corte na parte inferior na altura de 10cm.
- Coloque o lado da tampa da garrafa na parte inferior, por dentro, utilizando-a como base.
- Abra o orifício de cada coco, drene toda a água e guarde.
- Coloque os cocos no congelador por 12 horas, na potência máxima
- Com um martelo, bata nas linhas do coco até trincar, vá rodando até trincar em todos os lados
- A casca dura irá sair e a polpa do coco soltará em pedaços inteiros com facilidade
- Remova a casquinha marrom da polpa (OPCIONAL)
- Picar o coco em pedaços pequenos e colocar no liquidificador
- Cobrir todo o coco com água. Faltando, complete com água mineral (marque o nível)
- Bater no liquidificador até tomar uma consistência de pasta
- Coar o leite de coco com um coador de pano
- Colocar novamente no liquidificador, adicionar água na mesma altura marcada
- Coar novamente o mesmo coco triturado para extrair o máximo de óleo
- Coloque todo o leite de coco nas garrafas pet de 3 litros (dividir nas duas)
- Deixe descansar em local escuro por 24 horas para separar a água do óleo
- Colocar as garrafas pet na geladeira por 12 horas para o óleo solidificar
- Abrir a tampa da pet para escoar toda a água que precipitou
- Pegue a massa de óleo de coco das pets e coloque em uma travessa de vidro com tampa
- Coloque a travessa em banho maria até o óleo ficar na forma líquida
- Deixe a temperatura da água em um nível que a mão suporte (máximo 55 graus)
- Deixar a travessa descansar em local escuro por 30 dias para separar o óleo da massa branca
- Retire cuidadosamente o óleo 100% puro e transparente (não pegue a parte branca do fundo)
- Filtrar o óleo transparente com filtro de papel
- Filtrar com filtro de papel a parte branca que possui óleo de coco com elevada acidez

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/13714-oleo-de-coco-a-frio-100-puro.html>