

FARINHA DE SOJA CASEIRA

INGREDIENTES

Saco de proteína de soja texturizada (PTS), de sua preferência o tamanho.

Litro de água fervendo.

MODO DE PREPARO

Separe a quantidade desejada de PTS em um pote resistente ao calor.

Acrescente a água fervendo.

Certifique-se que toda a soja está submersa.

Espere 15 minutos e retire a água.

Espere esfriar e esprema a soja, retirando todo o líquido.

Espalhe e deixe secar em um pano.

Torre no forno (fogo baixo) por 50 minutos, sempre virando para não grudar.

Triture no liquidificador ou processador.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24565-farinha-de-soja-caseira.html>