

REQUEIJÃO SEM LACTOSE

INGREDIENTES

300 g tofu ou tofu orgânico picado em cubos

1/2 xícara de chá de água morna

1 colher de sopa azeite de oliva

sal a gosto - sal do himalaia (sal rosa)

opcional: ervas finas, cebolinha, etc.

MODO DE PREPARO

Adicione todos os ingredientes no liquidificador.

Bata até formar um líquido consistente, a aparência da foto.

Coloque no recipiente e mantenha na geladeira.

Consumir em até 7 dias.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/33753-requeijao-sem-lactose.html>