RECEITA LOW CARB: FAROFA DE AMÊNDOAS

INGREDIENTES

1 colher (sopa) de manteiga Ghee (ou azeite)

1/2 xícara de farinha de amêndoas (ou castanha de caju ou amendoim)

1/4 xícara de amêndoas picadas (ou castanha de caju ou amendoim)

1/4 xícara de semente de abóbora (ou girassol)

1/4 xícara de salsinha fresca picada

sal e pimenta a gosto

1 colher (sopa) de Nutritional Yeast Bacon Free

MODO DE PREPARO

Preaqueça uma frigideira grande em fogo médio.

Adicione a manteiga e espalhe ela por toda a superfície da frigideira.

Acrescente os ingredientes e os temperos (exceto a salsinha).

Mexa a farofa a cada um minuto até que fique levemente tostada.

Desligue o fogo, adicione a salsinha picada, misture e deixe esfriar na frigideira

©2025 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/47465-receita-low-carb-farofa-de-amendoas.html