



UNIDADE 7 – Receita 9

Mozarela Vegana

Para 4 pessoas

Quantidade / Ingredientes

100 g castanhas de caju, sem sal
10 g sementes de psílio
200 ml água
½ sumo de limão biológico
2-3 g sal

Preparação:

!! Atenção: são necessários 1-2 dias para preparar.

- Deixar as sementes de psílio de molho durante a noite em 200 ml de água.
- Deixar também as castanhas de caju de molho em água durante a noite.
- No dia seguinte, escorrer a água das castanhas de caju e bater no liquidificador com as sementes de psílio, que agora estão gelatinosas com o líquido, o sumo de limão e o sal.
- Despejar a mistura em um invólucro artificial ou jarra e leve à geladeira por algumas horas até ficar firme como mozzarella.





Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



Deaf Chefs
Learning the Vegan Cuisine
2024-1-DE02-KA220-VET-000254897