



POLÍTICA AGRARIA COMÚN

Cuidando el campo, cuidamos tu bienestar

Practica el campo

Recetas y curiosidades

Cómo hacer tu propia bebida de almendras

Ingredientes:



150 gr de almendras crudas



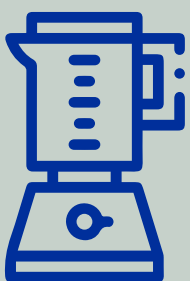
800 ml de agua fría



2 dátiles (opcional)



Una pizca de sal



Robot de cocina o batidora



Malla o filtro de café



Pasos

- 1 Cubre las almendras con agua en un recipiente y déjalas en remojo al menos 8-24 horas. Debes guardarlas en la nevera y cambiarles el agua cada 8 horas.
- 2 Escurre las almendras y enjuaga con agua.
- 3 Si las almendras tienen piel, puedes pelarlas antes de triturar, pero es opcional.
- 4 Tritura las almendras en la batidora o robot de cocina.
- 5 Añade los 800 ml de agua fría, la pizca de sal y los dátiles deshuesados (u otro endulzante) y tritura por completo.
- 6 Cuela la mezcla con una malla o filtro de café, para evitar los grumos.
- 7 Pon la bebida resultante en una botella en la nevera, y consume en 2-3 días.
- 8 La pulpa resultante puedes utilizarla para sustituir parte de la harina de otras recetas, e incluso puedes congelarla.