

CÓMO HACER LECHE DE ALMENDRAS

TE GUIAMOS PASO A PASO

Las almendras

Asegúrate de que usas almendras de buena calidad. Recuerda que no usaremos azúcar

PASO
01



ALMOH!NDS



PASO
02

El remojo

Deja tus almendras en agua entre 4 y 10 horas.

El puré

Desecha el agua del remojo y añade 1l de agua limpia a tus almendras. Tritura todo junto hasta que no queden grumos

PASO
03



PASO
04

El filtrado

Haz pasar el puré por un paño limpio y recoge el líquido. Ya tienes leche de almendras!

Okara

La fibra que se queda en el trapo se llama okara. Mira nuestras redes sociales para ver cómo aprovecharla

PASO
05

