



"Queso" Philadelphia a las finas hierbas



INGREDIENTES

2 yogures de soja naturales (sin edulcorar)

1 cucharadita de hierbas provenzales

1 chorrito de limón

sal y pimienta al gusto

Además necesitaremos:

Un trapo de algodón o un colador fino para hacer bebidas vegetales

ELABORACIÓN

- La noche anterior podemos los dos yogures en el colador para que te suelten todo el suero. Si no hace mucho calor, lo ideal es dejarlo fuera de la nevera.
- A la mañana siguiente, veremos que han soltado mucho suero y que los yogures han cogido la textura de queso cremoso.
- Pasamos el resultado a un bol pequeño y añadimos la sal, la pimienta, las hierbas provenzales y el chorrito de limón. Mezclamos bien y guardamos una hora en la nevera antes de servir.
- Al cabo de 3 días, el "queso" está mucho más bueno.



1 Ración

100g

Calorías
84 kcal

Proteínas
5 g

Hidratos
4 g

Grasas
5 g

Fibra
0g



ximenalolayza_dn



ximena.lza.coello@gmail.com



622034524