Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



SOPAS Y CREMAS · VEGANO

Mazamorra cordobesa

4 raciones 704 kcal

Ingredientes

- **100gr** de almendras
- **200gr** de pan duro remojado en agua
- Sal al gusto
- Un chorrito de vinagre
- **150gr** de aove
- Agua
- **1 diente** de ajo pelado
- **1** manzana verde
- Dátiles

POR RACIÓN

Proteínas	**11 g**
Grasas	**52 g**
Hidratos	**55 g**
Fibra	**7,6 g**

Elaboración

1. Ponemos en el vaso de la batidora o termomix el pan escurrido, la sal, el ajo pelado, el vinagre y las almendras
2. Lo trituramos todo hasta conseguir que queden unidos formando una pasta
3. A potencia mínima vamos agregando el aove poco a poco para que emulsione con la pasta
4. Por último añadimos agua en cantidad suficiente para obtener una crema y volvemos a batir
5. Servimos acompañado de unas tiras de manzana y dátiles

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya