

Cómo hacer harina de almendras



Curso Dulce Navidad
de Eloisa Faltoni ©

• Módulo 1 • Recurso Extra •



30 min. preparación

Ingredientes: Almendras crudas

NOTA: Puedes usar esta receta también con otros frutos secos, como nueces o avellanas, por ejemplo.

CONSEJO PRO: Te recomiendo dejar las almendras (u otro fruto seco) en el congelador, unos pocos minutos, para que se enfríen bien y te sea más fácil obtener la harina.

Este paso es muy útil, ya que si las almendras se calientan mucho, pueden soltar aceite; en ese caso, en lugar de harina obtendrías crema de frutos secos.



- Pon las almendras en una licuadora de alta velocidad y bate a máxima potencia hasta obtener una harina fina.
- Te recomiendo batir las almendras en pulsaciones, unos 5 segundos y después hacer unos segundos de pausa.



- Cuando hayas batido los frutos secos dos o tres veces, durante unos 5 segundos cada vez, abre la batidora y remueve los trozos que se hayan acumulado a los lados.



- Sigue batiendo en pulsaciones de unos 5 segundos, hasta que obtengas una harina fina.

*¡Feliz Navidad!
y felices fiestas*

Si quieres ver más recetas saludables para
todo el año, sígueme en redes sociales



Todos los derechos reservados. ELOISA FALTONI © Queda prohibida la copia,
reproducción o distribución de este material.

ELOISA FALTONI © | www.eloisafaltoni.com | 3