



ACESSE MAIS RECEITAS AQUI: <https://escolavegana.com/>

Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano

Se você está buscando uma receita deliciosa e saudável, o Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano é a escolha perfeita.

Este doce é uma alternativa incrível ao doce de leite tradicional, sem ingredientes de origem animal e totalmente livre de glúten.

Além de ser uma delícia, é uma opção mais saudável que não deixa nada a desejar em termos de sabor e textura. Vamos embarcar nessa jornada culinária juntos e descobrir como fazer essa maravilha em casa.

A História do Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano

A versão vegana do doce de leite surgiu da necessidade de alternativas para quem segue uma dieta plant-based. Tradicionalmente, o doce de leite é feito com leite de vaca e muito açúcar, mas com a crescente demanda por opções veganas, adaptações foram feitas.

A escolha do leite de amêndoas não é por acaso: ele tem um sabor suave e uma consistência que se assemelha muito ao leite animal, o que faz dele um excelente substituto.

Essa receita é uma forma de manter viva a tradição, mas de uma maneira que respeita todos os tipos de alimentação.

Ingredientes - Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano

Antes de começarmos, vamos falar sobre os ingredientes. O Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano requer ingredientes simples e fáceis de encontrar. O segredo está na

combinação e no preparo. Você vai ver que é possível criar algo tão gostoso e especial sem precisar de ingredientes de origem animal.

Ingredientes:

- 1 xícara de amêndoas cruas (150g)
- 4 xícaras de água (1 litro) para demolhar as amêndoas
- 2 xícaras de água (480ml) para o preparo do leite de amêndoas
- 1 xícara de açúcar demerara (200g)
- 1/2 xícara de açúcar mascavo (100g)
- 1 colher de sopa de extrato de baunilha (15ml)
- 1 pitada de sal

Esses ingredientes são a base para criar um doce de leite vegano com uma textura e sabor irresistíveis. Vamos agora ao passo a passo.

Modo de Preparo - Passo a Passo

Preparar o Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano é uma experiência gratificante. A cada etapa, você vai ver a transformação dos ingredientes em algo realmente especial. Vamos lá?

Modo de Preparo:

1. Demolhar as amêndoas: Coloque as amêndoas cruas em uma tigela e cubra com 4 xícaras de água. Deixe de molho por pelo menos 8 horas ou durante a noite. Isso ajudará a amolecer as amêndoas para facilitar o processamento.
2. Preparar o leite de amêndoas: Após o tempo de molho, escorra e enxágue as amêndoas. Coloque as amêndoas no liquidificador com 2 xícaras de água fresca. Bata até obter uma mistura homogênea. Coe o líquido usando um pano de prato limpo ou uma bolsa para leite vegetal, apertando bem para extrair todo o leite. Reserve o leite de amêndoas e descarte ou reserve o resíduo sólido para outra receita.
3. Iniciar o doce de leite: Em uma panela média, misture o leite de amêndoas com o açúcar demerara, o açúcar mascavo e uma pitada de sal. Cozinhe em fogo médio, mexendo constantemente até que os açúcares se dissolvam completamente.
4. Adicionar a baunilha: Quando a mistura começar a ferver, adicione o extrato de baunilha e reduza o fogo para médio-baixo. Continue cozinhando, mexendo regularmente para evitar que o doce grude no fundo da panela.
5. Reduzir e engrossar: Cozinhe a mistura por cerca de 45-60 minutos, ou até que ela reduza pela metade e atinja uma consistência espessa e cremosa, semelhante ao doce de leite tradicional. Você saberá que está pronto quando a mistura se desgrudar do fundo da panela ao mexer.

6. Esfriar e armazenar: Retire a panela do fogo e deixe o doce de leite esfriar completamente. Transfira para um pote de vidro esterilizado e guarde na geladeira por até duas semanas.

Dicas adicionais:

- Se preferir um doce de leite com um sabor mais caramelizado, aumente a quantidade de açúcar mascavo.
- Para um toque especial, adicione uma pitada de canela em pó durante o processo de cozimento.

Dúvidas Comuns

1. Posso substituir as amêndoas por outra castanha? Sim, você pode usar castanha de caju ou nozes, mas o sabor e a consistência podem variar.
2. Como posso baratear a receita? Utilize açúcar branco comum no lugar do demerara e mascavo, mas tenha em mente que o sabor pode ficar menos intenso.
3. Como faço para aumentar a receita? Para dobrar a receita, basta duplicar todos os ingredientes. Para quadruplicar, multiplique tudo por quatro.
4. Quanto tempo dura o Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano? Se armazenado corretamente na geladeira, dura até duas semanas.
5. Posso usar adoçante no lugar do açúcar? Sim, mas o adoçante pode alterar a consistência e o sabor. Experimente e ajuste conforme necessário.

Benefícios dos Ingredientes

Os principais ingredientes do Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano são ricos em benefícios. As amêndoas são uma excelente fonte de proteínas e gorduras saudáveis.

O açúcar demerara e mascavo, embora sejam açúcares, trazem um toque caramelizado e mais natural ao doce. A baunilha adiciona um aroma e sabor únicos, tornando essa receita ainda mais especial.

As Melhores Ocasões para Servir o Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano

Esse doce é perfeito para várias ocasiões. Pode ser servido como sobremesa após um almoço de domingo em família, como um mimo em um encontro entre amigos, ou até mesmo em festas e celebrações especiais.

Uma excelente bebida para acompanhar é um bom café ou um chá preto, que harmonizam perfeitamente com o sabor doce e cremoso do doce de leite.

Como Ganhar uma Renda Extra com o Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano

1. Venda em Feirinhas e Mercados de Produtores: Muitas pessoas procuram por opções veganas e sem glúten nesses locais.
2. Ofereça Sob Encomenda: Divulgue nas redes sociais e ofereça para amigos e familiares.
3. Parcerias com Cafés e Restaurantes Veganos: Proponha a venda do seu doce de leite como um produto exclusivo em estabelecimentos que compartilham dos mesmos valores alimentares.

Conclusão

O Doce de Leite de Amêndoas Sem Glúten Vegano é uma receita deliciosa, saudável e fácil de fazer. Com ingredientes simples, você pode criar um doce que vai agradar a todos, veganos ou não.

Experimente fazer em casa e compartilhe sua opinião e sugestões. Queremos saber como foi sua experiência e o que mais você gostaria de ver aqui na Escola Vegana. Vamos cozinhar juntos e tornar o mundo mais vegano, um doce de cada vez!