Mara Regina Santos Da Silva
Nutricionista · 11559D

# Pasta de Castanha de Caju

Esta receita de pasta de castanhas é uma boa opção para variar a manteiga de amendoim ou a manteiga tradicional.

Preparação 20 minutos Total 20 minutos 30 porções

## Ingredientes

ou

500 gramas de castanha de caju

## Método de preparo

1

Use a castanha de caju já torrada, preferencialmente sem. Caso tenha a castanha de caju crua, torre-as em uma frigideira ou no forno em baixa temperatura (150 - 180 °C) até que fiquem douradas.

2

Triture as castanhas no liquidificador até que seja formada uma massa não homogênea e empelotada (os liquidificadores de baixa potência precisam de descanso para não aquecerem, desligue um pouco e espere o motor esfriar para continuar).

3

Continue batendo até obter uma pasta lisa. Sirva ou guarde em um pote bem fechado.