



MANTEIGA CASEIRA TEMPERADA

Com essa receita é possível ter uma manteiga caseira com ervas, com muito sabor e aroma. Dica: utilize no pão aquecido ou em outras receitas para adicionar mais aroma.

 30 minutos 30 minutos 35 porções

INGREDIENTES

- 500 gramas de creme de leite fresco
- Raspas de um ou dois limões
- 1 pitada de pimenta do reino
- 1 pitada de sal
- 1 colher de chá de semente de mostarda moída [2 g]
- 1 colher de chá de estragão desidratado [1 g]
- 1 colher de chá de orégano desidratado [1 g]
- 1 colher de sopa de manjerição desidratado [2 g]
- 1 colher de sopa de salsa fresca [10 g]
- 1 colher de sopa de cebolinha verde fresca picada [6 g]

MÉTODO DE PREPARO

- 1º Guarde o creme de leite fresco no freezer até que esteja extremamente gelado mas sem deixar congelar. Aproveite para colocar também o batedor e o recipiente da batedeira para que fiquem bem gelados.
- 2º Transfira o creme de leite para o recipiente da batedeira e bata em velocidade máxima até a parte sólida se separar do soro. Guarde o soro para fazer pães e bolos.
- 3º Misture a parte sólida [manteiga] com as ervas, adicionando-as aos poucos. Finalize com um pouco de sal.
- 4º Armazene na geladeira.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL

	POR 100 g	POR PORÇÃO [15 g]	% DDR
ENERGIA	283 kcal	42 kcal	2 %
CARBOIDRATOS	4 g	1 g	0 %
PROTEÍNA	2 g	0 g	0 %
GORDURA	30 g	4 g	8 %
GORDURAS SATURADAS	18 g	3 g	13 %
FIBRA ALIMENTAR	0 g	0 g	0 %
SÓDIO	63 mg	9 mg	0 %