

Receita: dadinhos de amendoim sem lactose

por Paulo Nobuo



Se você ou alguém de sua família não abre mão de docinhos, mas sofre na hora de escolher uma opção sem lactose por intolerância ou preferência, precisa então conhecer uma receita especial de dadinhos de amendoim sem lactose que, além de ficar pronta em apenas 35 minutos, ainda rende 35 porções, com 71,3kcal cada. Confira os ingredientes e o modo de preparo:

Dadinhos de amendoim sem lactose



Ingredientes:

- 2 xícaras (chá) de amendoim torrado
- 1 xícara (chá) de leite de soja sem lactose em pó sabor chocolate
- 4 colheres (sopa) de mel
- 4 colheres (sopa) de açúcar de confeiteiro
- 1 colher (sopa) de suco de limão

Modo de Preparo:

Triture o amendoim no processador ou liquidificador até formar uma farofa. Passe para uma vasilha, acrescente o leite de soja em pó e o mel. Com as mãos, amasse até formar uma massa homogênea. Se necessário, acrescente, aos poucos, 1 colher (sopa) de água para dar o ponto. Pegue pequenas porções de massa com as mãos e molde os dadinhos. Para decorar, coloque o açúcar em uma tigela pequena e vá acrescentando o suco de limão aos poucos até ficar cremoso. Molhe um palito na mistura de açúcar e decore pingando gotinhas sobre os dadinhos.

*Receita cedida pela marca [SupraSoy](#)

Docinhos para dieta: [Conheça receitas de nutricionista das famosas](#)

Categoria: [Receitas /](#)

Tags: [docinho /](#) [fb_ia /](#) [sem lactose /](#) [sobremesa /](#)

