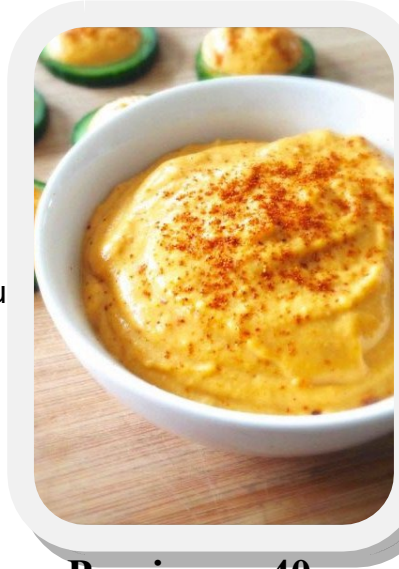


Queso de Anacardo para Untar

Ingredientes:

- 1 1/2 tazas de trozos de anacardo crudos, empapados en agua filtrada durante la noche
- 2 cucharadas empacadas de tomates secos secados al sol. **Nota:** si su secado al sol los tomates se ven marrones, al igual que su producto final. Use tomates frescos y de color rojo brillante secados al sol para obtener mejores resultados
- 1/4 taza de levadura nutricional
- 1 cucharada colmada de miso blanco suave
- 2 cucharadas de jugo de limón
- 1 cucharadita de sal marina
- 1 cucharadita de cebolla en polvo
- 1/2 cucharadita de pimentón ahumado
- 1/4 cucharadita de cúrcuma
- 1/8 cucharadita de pimienta de cayena molida
- 1/2 taza de agua filtrada



Porciones: 40



*VEGAN



*GLUTEN-FREE

Nutrition Facts

Serving Size 1 Tablespoon (30g)
Servings Per Container 40

Amount Per Serving

Calories 90 **Calories from Fat 60**

% Daily Value*

Total Fat 6g **9%**

Saturated Fat 1g **5%**

Trans Fat 0g

Cholesterol 0mg **0%**

Sodium 200mg **8%**

Total Carbohydrate 6g **2%**

Dietary Fiber 1g **4%**

Sugars 2g

Protein 3g

Vitamin A 0% • Vitamin C 2%

Calcium 2% • Iron 15%

*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:

	Calories:	2,000	2,500
Total Fat	Less than	65g	80g
Saturated Fat	Less than	20g	25g
Cholesterol	Less than	300mg	300mg
Sodium	Less than	2,400mg	2,400mg
Total Carbohydrate		300g	375g
Dietary Fiber		25g	30g

Calories per gram:
Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4

Instrucciones:

1. Vierta el agua de remojo de los anacardos y escurra.
2. Coloque todos los ingredientes en un procesador de alimentos y pulse hasta que la mezcla se convierta en una pasta suave, deteniéndose para raspar los lados según sea necesario.
3. Transfiera la extensión a un recipiente de vidrio con tapa y guárdala en el refrigerador.
4. Esta receta se congela bien. Descongelar dentro del refrigerador.