

OBJETIVO

Elaborar la primera receta de Leche Vegetal del Reto que lleva cocción.

Mucha suerte y bon appetit!



DIA 26

QUÉ APRENDES

LECHE DE QUINUA/ QUINUA

- Beneficios y
Contraindicaciones
- Receta
- Tips de elaboración +
conservación
- Qué hacer con la pulpa
restante

QUÉ NECESITAS

INGREDIENTES:

- Quinoa/Quinua
- Agua filtrada o mineral
- Endulzante
- Esencia o extracto de
vainilla

UTENSILIOS:

- Balanza/Medidor
- Cacerola
- Licuadora
- Bolsa o tela para colar
- Envase de vidrio