

Leche de Nueces

Tiempo de preparación: **5 minutos**
Rendimiento: **1 Litro**

Equipo de producción:

Licuadaora
Colador o manta limpia
Jarra o recipiente hondo
Recipiente pequeño

Ingredientes:

4 tazas de agua fresca filtrada
1 tza de nueces crujientes (frutos secos)
1 dátil para endulzar (opcional)
1 chorrito de vainilla al gusto

Preparación:

1.
Colocar en la licuadora las nueces (previamente remojadas por 6 horas) y el agua, licuar de 30 a 60 segundos hasta que las nueces estén trituradas por completo

2.
Colar el líquido obtenido usando un colador o una manta limpia, en caso de usar la manta presionar poco a poco para exprimir la pulpa y obtener la leche vegetal

3.
Se puede consumir al momento o refrigerar por hasta por 3 días.