



RECETARIO SPEANUT

ADEREZO-CREMOSO-DE-CACAHUATE-Y-LIMON

ADEREZO CREMOSO DE CACAHUATE Y LIMÓN

Para ensaladas que sí quieres comer

MEDIDAS

25'	6	5'	0'
TOTAL	RINDE	PREP	FUEGO

INGREDIENTES

- 1/3 taza Speanut Light
- 3 cda jugo de limón
- 2 cda vinagre de manzana
- 1 cdita mostaza Dijon
- 1 diente ajo rallado
- ¼ taza agua
- al gusto sal y pimienta

POR PORCIÓN

86	4g	7g	3g	1g
kcal	prot	gras	carb	fib

MÉTODO

- 01 Pon todos los ingredientes en un frasco con tapa hermética.
- 02 Agita fuerte 30 segundos hasta que quede liso y sin grumos.
- 03 Ajusta el agua: más si lo quieres para ensalada, menos si lo usas como dip.
- 04 Refrigera al menos 20 minutos antes de usar: el ajo se integra y el sabor se redondea.

En un aderezo ácido, el dulzor de la stevia pelearía con el limón. Light deja que el limón mande.

PROCEDENCIA

speakut.mx/recetas/aderezo-cremoso-de-cacahuete-y-limon

Receta probada en cocina de casa.

2026-07-18 · MEXICANA · FACIL

ESCANEÁ

Speanut
Crema de Cacahuete



LO QUE SE APRENDE AL SEGUNDO INTENTO

- 01 Va excelente con ensalada de col, zanahoria y cilantro.
- 02 Dura una semana en refrigerador.
- 03 Con una cucharada de aceite de ajonjolí se vuelve un aderezo asiático.

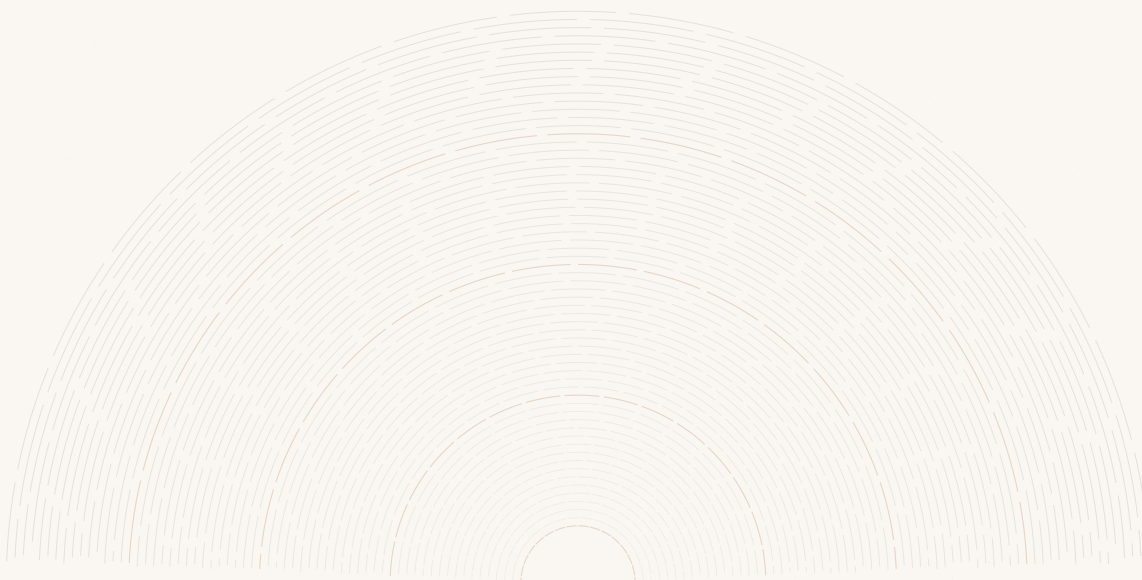
DUDAS QUE SIEMPRE SALEN

¿Se separa?

Un poco, después de dos días. Basta agitar de nuevo.

¿Puedo hacerlo sin mostaza?

Sí, pero la mostaza es lo que ayuda a mantener la emulsión. Sin ella se separa más rápido.



LA QUE SE USA AQUÍ

Speanut Light

speanut.mx/productos/light

Speanut
Crema de Cacahuete

¿La hiciste?

Califica la receta y dinos qué cambiarías. Se publica con tu nombre de pila.

ESCANEA

