



RECETARIO SPEANUT

HELADO-DE-CACAHUATE-DE-DOS-INGREDIENTES

HELADO DE CACAHUATE DE DOS INGREDIENTES

Sin máquina, sin lácteos, sin azúcar

MEDIDAS

4 h 10	3	10'	0'
TOTAL	RINDE	PREP	FUEGO

INGREDIENTES

- 4 pza plátanos maduros en rodajas, congelados 4 horas
- 4 cda Speanut Crunchy
- 1 pizca sal de mar
- 1 cdita extracto de vainilla (opcional)

POR PORCIÓN

264	7g	11g	38g	5g
kcal	prot	gras	carb	fib

MÉTODO

- 01 Congela las rodajas de plátano en una sola capa, sin encimar, mínimo 4 horas.
- 02 Procesa el plátano solo. Pasará por trozos y arena antes de volverse crema: sé paciente, son 3 a 5 minutos.
- 03 Cuando esté cremoso, agrega la crema de cacahuete, la sal y la vainilla. Procesa 30 segundos más.
- 04 Come de inmediato como helado suave, o congela 2 horas en un molde para que se pueda hacer bolas.

Crunchy deja trocitos de cacahuete suspendidos en el helado, que es exactamente la textura que se busca en un helado de cacahuete.

PROCEDENCIA

speaknut.mx/recetas/helado-de-cacahuete-de-dos-ingredientes

Receta probada en cocina de casa.

2026-06-09 · MEXICANA · FACIL

ESCANEA

Speanut
Crema de Cacahuete



LO QUE SE APRENDE AL SEGUNDO INTENTO

- 01 Si tu procesador es chico, hazlo en dos tandas.
- 02 No agregues leche: solo si de plano no avanza, y máximo una cucharada.
- 03 Congelado más de un día queda duro; sácalo 15 minutos antes.

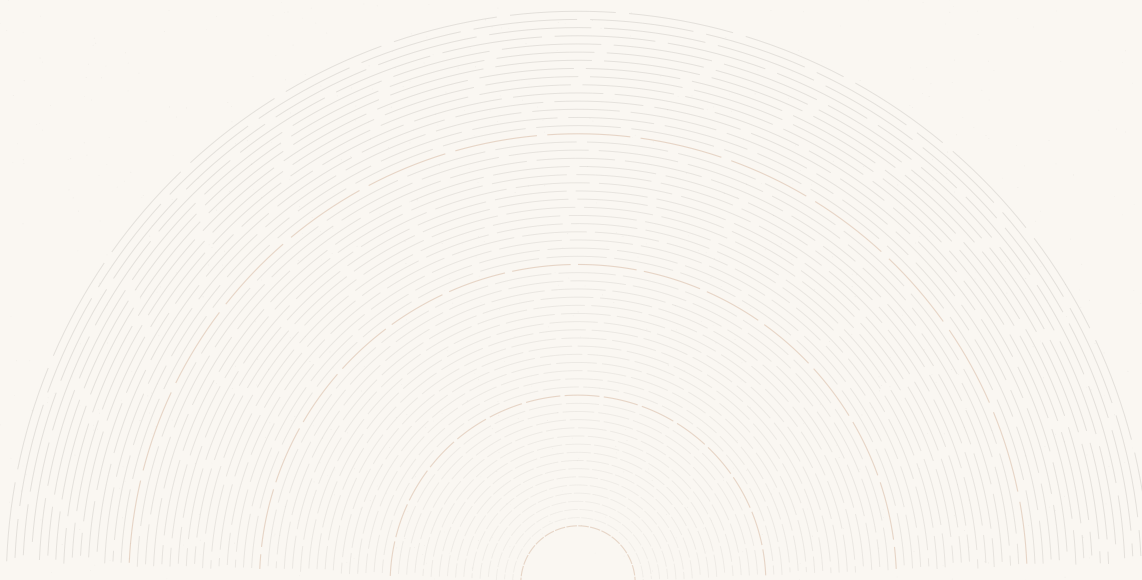
DUDAS QUE SIEMPRE SALEN

¿Puedo usar licuadora?

Solo si es de alta potencia y con el accesorio empujador. En una licuadora normal se atasca.

¿Se puede sin plátano?

No con este método. El plátano es el que aporta la textura; el mango congelado es la sustitución más cercana.



LA QUE SE USA AQUÍ

Speanut Crunchy

speanut.mx/productos/crunchy

¿La hiciste?

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

ESCANEA

