

Curau cremoso sem leite

<https://sem lactose.com/index.php/2017/06/16/curau-cremoso-sem-leite/>

Última atualização em: 8/09/17

SG

SL

SO

SP

SS

VG

[Tempo de Preparo](#) [Tempo de Cozimento](#) [Dificuldade](#) [Porções](#)

[00:10](#)

[00:20](#)

[Baixa](#)

[06](#)

Festa junina precisa ter curau, né? Essa receita de curau cremoso fica tão deliciosa que você vai querer preparar curau o ano inteiro! Nesta versão trocamos o leite de vaca (e leite condensado, como muitos gostam de usar) pelo leite de arroz e leite de coco. A receita leva apenas 1/3 de xícara de açúcar e fica doce na medida certa. A baunilha é o segredinho para este creme ficar com um sabor incrível! Esta receita é sem glúten, sem lactose (e sem proteínas do leite de vaca), sem ovos e sem soja. Totalmente liberado para os veganos.

Faça a nossa receita e poste suas fotos e vídeos nas redes sociais com a hashtag #euquefizsem lactose – A gente vai amar ver as delícias que você anda fazendo por aí inspirado nas nossas ideias!

INGREDIENTES

- 600g de milho verde (usei milho em conserva, mas vc pode fazer com milho em espiga)
- 1 1/2 xícaras de leite de arroz (ou outro leite vegetal da sua preferência)
- 1 xícara de leite de coco integral
- 1/3 de xícara de açúcar demerara
- 1/2 colher de chá de essência de baunilha
- 1 colher de sopa de amido de milho
- Canela para polvilhar



PREPARO

1. Retire a água que vem com o milho em conserva e passe-o em água corrente. Escorra bem e coloque o milho no liquidificador junto com o leite de arroz. Bata tudo por cerca de 1 minuto e coe utilizando um coador de voal ou um coador de tela bem fina, para não deixar passar as fibras do milho. Você obterá um caldo com cerca de 2 1/2 xícaras)
2. Coloque o caldo em uma panela de fundo grosso, adicione o açúcar, a baunilha, o leite de coco e o amido de milho (pré dissolvido no leite de coco) para não empelotar.
3. Cozinhe em fogo baixo mexendo sempre por cerca de 20 minutos ou até formar um creme liso e de consistência mais líquida.
4. Coloque o curau em pequenas taças e leve ao refrigerador, de preferência por 4 a 8 horas para que o creme adquira consistência mais firme.
5. Sirva gelado com canela polvilhada por cima.

COADOR DE VOAL – Se você não tem, está na hora de comprar ou fazer o seu em casa! Os coadores de voal são muito úteis para quem quer cozinhar com leites vegetais. Os leites vegetais encontrados em supermercados são geralmente mais caros e você pode fazer os seus em minutos, muito mais frescos e sem conservantes ou aromatizantes. Além disso, o coador de voal funciona para coar outros alimentos que necessitam de uma extração mais fina, como é o caso dessa receita de curau.

CONSISTÊNCIA DO CURAU – Eu sei que nem todo mundo tem a paciência de esperar para comer uma sobremesa no dia seguinte. Neste caso, sugeri que o curau seja resfriado por algumas horas para ganhar a consistência de creme mais firme. Você pode adicionar mais amido de milho para obter uma consistência mais firme logo no final da preparação do seu curau, porém, quanto mais amido de milho você coloca no creme, mais ele formará aquela película grossa quando esfriar.

Vontade de comer um docinho?



a loja online do Semlactose.com

Prepare em casa o seu doce favorito, sem glúten e sem lactose.

Receba nossas caixinhas com TUDO que você precisa para fazer uma sobremesa deliciosa e saudável para curtir com toda a família.

[Acesse a loja](#)