BEURRE DE CACAHUÈTES

Ingrédients :

- Cacahuètes non salées 200g
- Huile de tournesol ou colza 8 càs
- Sucre vanillé 15g (= 2 sachets)
- Facultatif : 40g de cacahuètes en + pour un effet crunchy

Astuces :

- Remplacer les cacahuètes par d'autres fruits oléagineux : amandes, noix…
- Adapter la quantité d'huile selon la texture désirée.

+ de recettes de tartinades sur le blog !

Préparation : 5 minutes | Pas de cuisson
Pour un pot de 250g

1. Dans un petit **robot mixeur** : **mixer finement** les cacahuètes.
2. **Ajouter** l'huile végétale et le sucre et mixer de nouveau.
3. Facultatif : pour un effet **crunchy**, ajouter des cacahuètes concassées grossièrement et mélanger.

Conservation : à température ambiante dans une boîte hermétique.

Recette en vidéo

Margaux Letort – Diététicienne & Blogueuse Culinaire
www.recettes100faim.fr