



MOLHO SEM SAL, PARA TEMPERAR SALADAS, CARNES E REFOGADOS

INGREDIENTES:

- 1 cebola pequena
- 1 punhado de semente de mostarda (opcional)
- 1 pitada de noz moscada
- 1 pitada de páprica
- 2 unidades de cravo
- 1 colher de sopa de azeite de oliva
- 1 pitada de pimenta do reino
- 750 ml de vinagre
- 1 molho de tempero verde
- Água para completar 1 litro

PREPARO:

Colocar os ingredientes no liquidificador com um pouco de vinagre, bater até formar uma pasta, acrescentar o resto do vinagre e liquidificar. Coar e guardar na geladeira por até uma semana.

RENDIMENTO:

1 litro.

www.receitas.unimedsaoroque.coop.br

Receita saudável para pessoas que têm hipertensão arterial sistêmica.