

Beurre de cacahuètes maison



15 minutes



590/100g



1 pot de 300g



Protéiné
25g/100g

Bonne graisses

Ingrédients



300 g de cacahuètes non salées



1 càs d'huile d'arachide (facultatif)



1 pincée de sel



1 cuillère à soupe de sirop d'agave

Étapes

Préchauffer le four à 180°C, étaler les cacahuètes sur une plaque et les faire griller pendant 10 minutes en les remuant à mi-cuisson. Laisser refroidir.

Verser les cacahuètes dans le bol d'un mixeur puissant. Mixer par à-coups au début pour éviter de surchauffer le moteur.

Au début, les cacahuètes vont se transformer en poudre, puis former une pâte plus épaisse. Continuer à mixer jusqu'à obtenir une texture lisse et crémeuse.

Si besoin, ajouter l'huile petit à petit pour rendre le beurre plus onctueux. Ajouter le sel et le sirop d'agave selon vos préférences.

Transférer le beurre de cacahuètes dans un pot hermétique.