Sostituzioni nei dolci

Le Ricette di Valentina

- 1 uovo può essere sostituito con 1/2 banana o ¼ di avocado maturo
- 100g di burro possono essere sostituiti con 80g d'olio vegetale delicato (la proporzione è del 20% in meno per l'olio rispetto al burro)
- il LATTICELLO potete ottenerlo mescolando uno yogurt al naturale con la stessa quantità di latte scremato (1:1)
- la PANNA ACIDA potete ottenerla mescolando un cucchiaino di succo di limone con 100ml di panna fresca, dopo pochi istanti addenserà trasformandosi in panna acida
- un cucchiaino di lievito per dolci potete sostituirlo con ½ cucchiaino di bicarbonato miscelato con ½ cucchiaino di cremor tartaro
- un cucchiaio di succo di limone può essere sostituito con un cucchiaino di aceto di mele
- 250 g di margarina possono essere sostituiti con 125g di polpa di mele
- melassa e miele sono uno sostituibile all'altro
- amido di mais, fecola di patate e frumina sono sostituibili l'una alle altre