



Masala Kapha

INGREDIENTES

- 5 colheres (chá) de gengibre em pó
- 4 1/2 colher (chá) de canela em pó
- 9 colheres (chá) de mostarda em pó
- 3 colheres (chá) de páprica em pó
- 2 colheres (chá) de pimenta-do-reino em pó
- 3 colheres (chá) de cravo-da-índia (ou cravinho) em pó

MODO DE PREPARO

Em uma panela pequena, refogue as especiarias com a ghee. Espere esfriar e guarde em um recipiente bem fechado.

Polvilhe no arroz, na sopa ou bata no suco e no café (tipo bulletproof).

Preparo Rápido (até 30 minutos)
Rendimento 26 colheres

NOSSO FOCO
Presentar você!