

A ementa é apta para celíacos ou para intolerantes à lactose ou leite?

Indiquem a que alterações poderiam proceder para que se torne apropriada.

Para que a ementa seja segura para Celíacos e intolerantes á lactose temos de substituir alguns dos ingredientes:

No creme de peixe com marisco: vamos substituir a farinha normal por farinha maizena a manteiga por margarina vegetal, sendo que o peixe é fresco não temos o problema com o soro de leite.

No risoto de tomate com filete de peixe porco alimonado e aioli de coentros: iremos substituir o queijo por queijo sem lactose, maionese será feita com aquafaba “caldo de grão de bico”, para finalizar o risoto será substituída a manteiga por creme vegetal, o peixe será empanado com farinha de milho a qual dá crocância.

Cheesecake cozido com pêra bêbeda e cólis de maçã: a manteiga será substituída por creme vegetal, bolacha sem glúten. O creme temos de substituir praticamente tudo pois não podemos utilizar ovos nem laticínios. Será utilizado Tofu Silk, natas de coco e amido de milho.