




Dyniowo-kokosowy tofurnik na morelowo-karobowym spodzie (bez cukru)

 martines

Polecane na: [ciasta](#), [desery](#)

Kuchnia (region): [arabska](#)

Warto wiedzieć:

 60 min

 łatwy

 6 porcji

Składniki:

Suszone morele - 90 g

Karob - 20 g

Mleko roślinne - 2-3 łyżka

Silken tofu - 350 g

Puree z dyni - 250 g

Mąka kokosowa - 40 g

Syrop z agawy - 50 ml

Ksylitol - 50 g

Sok z cytryny - 5 łyżka

Sposób przygotowania:

KROK 1: Jeśli morele są suche moczymy je w gorącej wodzie ok. 30 min. aż zmiękną.

KROK 2: Następnie miksujemy je na gładką masę i dodajemy pozostałe składniki, mieszamy. Masa powinna być bardzo gęsta.

KROK 3: Powstałą masą wylepiamy spód tortownicy wyłożonej papierem do pieczenia. Wkładamy formę do piekarnika rozgrzanego do 180°C i pieczemy ok. 10-15 min. W tym czasie przygotowujemy masę "serową":

KROK 4: Tofu rozgniatamy widelcem, następnie blendujemy na gładko. Dodajemy puree z dyni, syrop z agawy i puder z ksylitolu i mieszamy. Następnie dodajemy sok z cytryny i mąkę kokosową i ponownie mieszamy.

KROK 5: Wyjmujemy tortownicę z podpieczonym spodem z piekarnika i wykładamy masę "serową". Wkładamy ciasto z powrotem do piekarnika i pieczemy ok. 40-50 minut.

KROK 6: Następnie wyłączamy piekarnik i pozostawiamy w nim ciasto do całkowitego ostudzenia. Przed podaniem schładzamy min. 3h. Wierzch można poleć czekoladą i/lub posypać wiórkami kokosowymi. Smacznego! :)