Markizy jaglane z kremem daktylowo-czekoladowym bez pieczenia

Agnieszka Nitsu AktywneZywienie

Polecane na: **desery, lunchbox**

Warto wiedzieć:

0 min | łatwy | 7 porcji

Składniki:

- Kasza jaglana - 50 g
- płatki jaglane - 100 g
- słonecznik łuskany - 70-80 g
- olej kokosowy - 10 g
- daktyle suszone - 150 g
- puszka mleka kokosowego - 400 ml
- czekolada gorzka minimum 90% kakao - 50 g
- woda która zostanie w puszce z mleka kokosowego - 50

Sposób przygotowania:

KROK 1: Sposób przygotowania:
-kaszę prażymy w garnuszku, zalewamy wodą i gotujemy do miękkości. Pod koniec dodajemy olej kokosowy. Studzimy i blendujemy na gęsty krem
-dodajemy resztę składników i zagniatamy ciasto (jeśli ciasto będzie się kleiło należy dodać więcej płatków jaglanych lub zmielonego słonecznika)
-na folię lub papier do pieczenia nakładamy ciasto, przykrywamy kolejnym kawałkiem papieru/foli i rozwałkowujemy ciasto
-za pomocą szklanki wykrawamy ciastka
-wstawiamy do zamrażalnika na około 10 minut

krem:
-daktyle zalewamy wodą i moczymy całą noc aby zmiękły
-z puszki wyjmujemy gęstą śmietankę i za pomocą miksera ubijamy na bitą śmietanę
-czekoladę z dodatkiem wody, która została z mleka kokosowego rozpuszczamy w kąpieli wodnej cały czas mieszając. Odstawiamy i studzimy
-daktyle blendujemy na gęsty krem, łączymy z czekoladą, bitą śmietaną i mieszamy

następnie:-na ciastka nakładamy krem,
przykrywamy kolejnym ciastkiem