Jaglany mazurek z tofu i kremem z nerkowców

Anita Zegadło Od A do Z ugotujesz

Polecane na: **ciasta**

Warto wiedzieć:

100 min

8 porcji

Składniki:

Ciasto: mąka jaglana - 150 g

mąka ryżowa + 2 łyżki skrobi ziemniaczanej - 50 g

zimny olej kokosowy pokrojony w kostkę - 90 g

proszek do pieczenia - 1 łyżeczka

ksylitol - 3 łyżka

jogurt sojowy - 1 łyżka

Krem tofu: tofu naturalne - 1 opakowanie

skrobia ziemniaczana (2 łyżeczki) + matcha (2 łyżeczki) lub budyń z matcha - 1 opakowanie

miód - 20 ml

skondensowane mleko kokosowe lub mleczko kokosowe (stała cześć) - 120 g

Krem z nerkowców: uprażone orzechy nerkowców - 3/4 szklanka

mleczko kokosowe (stała część) - 2-3 łyżka

syrop klonowy - 1 łyżka

Dodatkowe info:

Uwaga na ksylitol w ciastach, przy większych ilościach na niektóre osoby działa przeczyszczająco (jeśli nigdy wcześniej go nie próbowaliśmy lepiej sięgnąć po cukier kokosowy lub erytrol)
** ciasto jest dość kruche ze względu na brak glutenu. Spoiwem jest siemię lniane i skrobia ziemniaczana. Można dodać jajko w wersji wegetariańskiej, wtedy lepiej się trzyma.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Zagotować siemię lniane do momentu aż powstanie kisiel. Schłodzić. Wysmarować tłuszczem foremkę i oprószyć mąką bezglutenową.
Wszystkie składniki ciasta przełożyć do

malaksera lub miski i wymieszać je do ich połączenia się. Schłodzić w lodówce 30 minut. Następnie rozwałkować ciasto na papierze do pieczenia. Na rozwałkowanym cieście położyć odwróconą wcześniej przygotowaną foremkę. Wsunąć dłoń pod papier i odwrócić ciasto. Jeśli boki się pokruszą, ręką dolepić boki**.

KROK 2: Spód ciasta nakłuć widelcem i włożyć do pieca nagrzanego do 180 ˚C na 12 -15 minut. Kiedy się podpiecze wyjąć z pieca.

KROK 3: Tofu rozdrobnić blenderem. Dodać mleko kokosowe i zmiksować na koniec dodać opakowanie budyniu z matcha lub 2 łyżeczki skrobi i 2 łyżeczki herbaty matcha. Zmiksować całość na gładko. Masę wylać na podpieczony spód.

KROK 4: Zapiekać ok. 20 minut. Dzięki budyniowi masa tofu nabierze aromatu ananasowego.

KROK 5: Nerkowce zmiksować wraz ze śmietanką kokosową i miodem oraz szczyptą soli.
Wypieczony mazurek dekorować kremem z nerkowców, udekorować owocami np. kiwi i limonką oraz podpieczonymi płatkami migdałowymi i kokosowymi oraz miętą. Na całość zetrzeć skórkę z limonki.