





Niebieski sernik bez pieczenia - RAW VEGAN

 Barbara Strużyna

Polecane na: [ciasta](#)

Warto wiedzieć:

 30 min

 6 porcji

Składniki:

orzechy włoskie - 200 g

daktyle (najlepiej świeże) - 15 szt.

orzechy nerkowca - 1 kg

sok wyciśnięty z cytryny - 1/2 szt.

niebieska spirulina - 1/2 łyżka

dojrzałe banany - 2 szt.

borówki - 2 garść

Dodatkowe info:

Do tego przepisu będziesz potrzebować blendera.

Sposób przygotowania:

KROK 1: Namocz orzechy włoskie, nerkowce i daktyle w osobnych pojemnikach (co najmniej 4h). Po tym czasie zblenduj orzechy włoskie i daktyle na masę z grudkami. Wyłóż nią dno foremki.

KROK 2: Zblenduj nerkowce z bananami, sokiem z cytryny i niebieską spiruliną. Masa powinna być gładka.

KROK 3: Wyłóż uzyskaną masę na spód ciasta.

KROK 4: Ozdób ciasto borówkami.

KROK 5: Schowaj ciasto do lodówki na około 2-3 godziny. Smacznego!