Orkiszowe ciasto z kremową masą

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **ciasta, desery**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 12 porcji

Składniki:

- płatki orkiszowe - 9 łyżka
- banan - 1 szt.
- białka jajek - 2 szt.
- mleko migdałowe - 1,25 szklanka
- ryż brązowy - 8 łyżka
- karob - 1 łyżka
- stevia - 1 łyżeczka
- morwa biała suszona - trochę trochę
- płatki migdałowe - trochę trochę

Dodatkowe info:

Zdrowy zamiennik tradycyjnego tortu!! :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Płatki jęczmienne zmielić na mąkę (np. w młynku do kawy).

KROK 2: Banana zblendować z mlekiem migdałowym (0,25 szklanki).

KROK 3: Białka ubić na sztywną pianę.

KROK 4: Do ubitych białek powoli dodawać zblendowanego z mlekiem banana, a następnie zmielone płatki- całość delikatnie wymieszać.

KROK 5: Masę przelać do formy wyłożonej papierem do pieczenia i piec około 30 min w temperaturze 180 stopni. Po upieczeniu i wystygnięciu przekroić na 2 blaty.

KROK 6: Ryż ugotować z dodatkiem stevi w mleku migdałowym (1 szklance).

KROK 7: Ugotowany ryż odstawić do wystygnięcia, po czym zblendować na bardzo gładki krem, dodając karob.

KROK 8: Gotowe ciasto przełożyć połową masy, drugą połowę wyłożyć na wierzch i udekorować

morwą oraz płatkami migdałów.