Orzechowiec z kremem kasztanowym

Magdalena Nagler - foodmania

Polecane na: **ciasta, desery**

Warto wiedzieć:

60 min | łatwy | 14 porcji

Składniki:

- mąka gryczana (zmielone płatki gryczane) - 1 szklanka
- orzechy włoskie - 1 szklanka
- białka jajka - 2 szt.
- dojrzały banan - 1 szt.
- mleko orzechowe - 1,25 szklanka
- stevia - 1 łyżeczka
- cynamon - 1 łyżeczka
- kasza jaglana - 6 łyżka
- daktyle suszone - 4 szt.
- orzechy brazylijskie i włoskie - 1 garść
- krem kasztanowy - 1 łyżka

Dodatkowe info:

To się nazywa kawałek zdrowej słodyczy! :)

Sposób przygotowania:

KROK 1: Banana zblendować z mlekiem (0,5 szklanki).

KROK 2: Dodać mąkę gryczaną, mielone orzechy, cynamon i stevię.

KROK 3: Białka ubić na sztywną pianę i delikatnie wmieszać w masę.

KROK 4: Ciasto przełożyć do formy wyłożonej papierem do pieczenia lub sylikonowej i piec około 45 minut w temperaturze 180 stopni.

KROK 5: Kaszę jaglaną opłukać i ugotować w pozostałej części mleka wraz z pokrojonymi drobno daktylami.

KROK 6: Wystudzoną kaszę zblendować na gładko z kremem kasztanowym.

KROK 7: Na wcześniej upieczone ciasto wyłożyć krem i ozdobić orzechami.