

Mazurek chałwowo-porzeczkowy

Przepis od:

Ewy Ługowskiej (Misy Mocy) z e-booka „Przepisy z Mocą” dostępne na stronie <https://misamocy.pl/sklep/>

Zdjęcie:

j.w.

Czas przygotowania:

ok. 25 min

Czas chłodzenia:

min. 8 godz.

Rodzaj diety:

Wegańska

[Pobierz/wydrukuj pdf](#)

Wyślij przepis mailem

Składniki (średnica blaszki 25cm)

- 200 g mąki gryczanej jasnej lub 150 g mąki owsianej bezglutenowej + 50 g mąki kukurydzianej
- 50 g skrobi ziemniaczanej lub mąki ziemniaczanej lub mąki z tapioki
- 2 łyżeczki proszku do pieczenia
- szczypta soli
- 50 g tahini do ciasta + 2 łyżki tahini do bitej śmietany kokosowej
- 70 g syropu z agawy lub klonowego
- 70 g dowolnego oleju, na przykład słonecznikowego
- puszka kremu kokosowego schłodzonego w lodówce minimum 8h
- 2 łyżeczki ksylitolu
- 1 słoik dżemu porzeczkowego 100%
- woda (opcjonalnie)

Przygotowanie

Do miski wrzucamy mąkę, skrobię, proszek do pieczenia, 50 g tahini, olej i wybrany syrop.

Zagniatamy ciasto. W razie potrzeby dodajemy odrobinę wody. Po umyciu rąk ciasto nie powinno się przyklejać do dłoni.

Rozgrzewamy piekarnik do 190 °C. Spód blaszki wykładamy papierem do pieczenia. Ciasto dzielimy na 2 części. Na spód wykładamy 2/3 ciasta, a 1/3 oblepiamy boki

do wysokości 2 cm. Nakłuwamy widelcem boki oraz spód i wkładamy do piekarnika na 15 minut.

Gęstą część kremu kokosowego wyjmujemy do suchego, wysokiego pojemnika, dodajemy pozostałe składniki i ubijamy około 1 minutę. Ponownie wkładamy do lodówki.

Spód wystudzonego ciasta smarujemy dżemem i przykrywamy ubitym kremem kokosowym. Łyżką ubrudzoną w dżemie wyrównujemy powierzchnię ciasta. Należy wykonywać okrężne ruchy.

Ciasto wstawiamy do lodówki na minimum 8 godzin. Przechowujemy w lodówce.

Lista zakupów

[Krem kokosowy 17%tł. BIO Rish](#)

[Gramatura: 400 ml](#)

IDŹ DO SKLEPU

[Syrop klonowy BIO Organic Farma Zdrowia](#)
[Gramatura: 250 ml](#)

IDŹ DO SKLEPU

[Proszek do pieczenia BIO Leckers](#)
[Gramatura: 21 gram](#)

IDŹ DO SKLEPU

Polecane dla Ciebie

Spring rolls z kimchi ZOBACZ

Szaszłyki z kurczaka i brzoskwini z sosem borówkowym ZOBACZ

Vege szaszłyki z tofu ZOBACZ

Mazurek chałwowo-porzeczkowy ZOBACZ