

Stara miłość nie rdzewieje

TEKST I ZDJĘCIA:

Jola Stoma i Miłek Trymbulak

Gdy wieczory nie są już tak ciepłe jak kilka tygodni temu, a śliwka, jabłko i gruszka z piekarnika zaczynają wypierać owocowe sałatki i zimne koktajle, oznacza to, że czas zacząć serwować **czekoladę** na gorąco!

Czekoladę znamy od dziecka. To nasza prawdziwa kulinarna miłość, jedna z niewielu, która nie przemija. Oczywiście na diecie roślinnej jest bardziej wytrawna, dojrzała, już nie taka słodka i na pewno nie mleczna.

Pomysłów na czekoladę i inspirowanych nią receptur nie sposób zliczyć. Gwiazda naszych warsztatów kulinarnych to tarta czekoladowa na bajecznie kruchym cieście. Dość wytrawna słodycz, która z pewnością zadowoli nie tylko dziecięce podniebienia, ponieważ połączenie kukurydzianego ciasta i wierzchu o kremowo-sernikowej konsystencji daje sporą dawkę pożywej energii w sam raz na początek dnia lub po treningu. Starta gorzka czekolada to taka kropka nad „i”, którą można wykończyć praktycznie każdy deser. Jednym słowem: czekolada rządzi! Smacznego i na zdrowie!

Czekoladowa tarta

Spód

250 g mąki kukurydzianej
125 g mąki ziemniaczanej
50 g brązowego cukru pudru
100 ml mleczka kokosowego
100 ml oleju rzepakowego
75 ml śmietanki sojowej
2 łyżki zmielonego siemienia lnianego
0,75 łyżeczki sody
1 szczypta soli

Krem czekoladowy

2 kostki tofu
50 g orzechów włoskich
1 szklanka odcedzonych wiśni z kompotu
8 łyżek cukru pudru
8 łyżek kakao
35 ml wody różanej

Bitą śmietana

0,5 puszki schłodzonego mleczka kokosowego
2 łyżki brązowego cukru pudru

0,5 tabliczki gorzkiej czekolady do dekoracji

Wszystkie suche składniki spodu łączymy ze sobą, dodajemy olej i rozcieramy mąkę z tłuszczem. Wlewamy mleczko kokosowe, mieszamy



składniki, aby się połączyły, dodajemy śmietankę sojową i jeszcze raz mieszamy. Ciasto dzielimy na dwie części, lekko rozwałkowujemy tak, by wyłożyć je do silikonowych tortownic, pozostawiając centymetrowe brzegi. Nakłuwamy ciasto widelcem, aby podczas pieczenia nie powstały pęcherze, i wkładamy do piekarnika rozgrzanego do 180 st. C na ok. 20 min.

Gdy tarta się piecze, przygotowujemy krem: tofu miksujemy na idealnie gładką masę, dodajemy cukier puder i ponownie miksujemy. Gdy składniki się dokładnie połączą, dodajemy kakao, wodę różaną i jeszcze raz dokładnie miksujemy. Drobnio siekamy orzechy i podprażamy je na patelni.

Następnie przygotowujemy bitą śmietanę. Schłodzone mleczko kokosowe ubijamy z 2 łyżkami cukru pudru. Na upieczone i schłodzone spody tarty nakładamy trochę kremu czekoladowego, układamy na nim wiśnie i podprażone orzechy, przykrywamy resztą kremu, a po wierzchu smarujemy bitą śmietaną. Posypujemy wiórkami utartej gorzkiej czekolady.

Gorąca czekolada z karobem i morwą

2 łyżki kakao
2 łyżki suchego karobu
100 g suszonych owoców morwy białej
400 ml mleka sojowego
200 ml mleczka kokosowego
0,5 łyżeczki cynamonu
1 łyżeczka błonnika z babki płesznik
Ewentualnie melasa z karobu do polania

Owoce morwy gotujemy na małym ogniu w mleku sojowym z karobem i kakao przez ok. 5 min, aby trochę zmięknęły. Następnie dodajemy cynamon i mleczko kokosowe i zagotowujemy. Całość miksujemy, dodajemy błonnik, jeszcze raz miksujemy i przelewamy do pucharków. Dekorujemy owocami morwy i polewamy melasą z karobu.

*Jola Stoma
& Miłek Trymbulak*



projektanci mody, autorzy książek kucharskich oraz wegańskiego i bezglutenowego programu „Atelier Smaku” www.ateliersmaku.pl