



całość (10 porcji) 1634 kcal
1 porcja 164 kcal

Ciasto czekoladowe z gruszkami

Składniki:

2 świeże gruszki
30 g mąki ryżowej (lub zmielić ryż)
40g mąki owsianej (lub ryżowej)
50g skrobi ziemniaczanej
100g cukru
½ łyżeczki sody
½ łyżeczki żelatyny (w wersji wegańskiej agar-agar)
20g kakao w proszku
banan i jabłko zmiksowane z 2 łyżkami wody
50g stopionego masła lub oliwy z oliwek
tortownica 20cm

Sposób przygotowania:

Obierz i pokrój gruszki w ósemki i połóż na dnie tortownicy. W misce wymieszaj suche składniki. Wlej w nie studzone jabłko i mus z jabłka i banana. Wymieszaj łyżką i nałóż ciasto na gruszki. Piecz przez 30 min. w temp. 190 st.C.
Uwaga: wersja biała - zamiast kakao dodaj 30g skrobi ziemniaczanej.



POTRAWA
BEZ KUKURYDZY



POTRAWA
BEZMLECZNA



POTRAWA
BEZ ORZECHÓW



POTRAWA
WEGETARIAŃSKA



POTRAWA
BEZ DROZDZY



POTRAWA
BEZ JAJEK



POTRAWA
BEZ SOI