Ciasto jabłkowe, czyli szarlotka bezglutenowa (bez mleka, jajek, cukru)

Sezon jabłkowy w pełni, dlatego proponujemy Wam przepis na pachnące jabłkami ciasto jabłkowe, czyli szarlotka bezglutenowa. Skąd ta nazwa? Otóż zwróćcie uwagę, że w naszym przepisie jabłka występują zarówno w przełożeniu, jak i w samym cieście! A w dodatku nie ma w nim cukru! Nasza szarlotka to świetny pomysł na jesienny deser przy ciepłej herbacie, w gronie przyjaciół.

Uwielbiamy przetwory z różnych jabłek, a także wszelkiego rodzaju wypieki z ich udziałem. Jabłka to pełne witamin owoce, których zdecydowanie nie powinno zabraknąć na polskim stole, szczególnie w sezonie jesienno – zimowym.

Składniki:

Ciasto:

- 3 i 1/3 szklanki mąki ryżowej białej
- 2 szklanki startych na tarce jabłek (drobne oczka)
- 250g miękkiej margaryny bezmlecznej (można też użyć masła, jeśli ktoś może)
- 1 łyżka ksylitolu (niekoniecznie, jeśli mamy słodkie jabłka)
- 1 płaska łyżeczka sody oczyszczonej

Przełożenie:

- 1 kg jabłek
- 2 łyżki ksylitolu lub innego zdrowego środka słodzącego (niekoniecznie, jeśli jabłka są słodkie)
- 2 łyżki skrobi kukurydzianej (ziemniaczanej lub z tapioki)

Przygotowanie szarlotki bezglutenowej:

Wszystkie składniki ciasta wsypujemy do dużej miski, dokładnie wyrabiamy masę i przekładamy do wyłożonej papierem do pieczenia (lub natłuszczonej i posypanej mąką ryżową) dużej blaszki i pieczemy w temperaturze 200°C przez ok. 40 minut. Po ostudzeniu kroimy ciasto na dwie części. Jeśli mamy małą foremkę, np. 25x25cm, musimy upiec 2 osobne placki.

Masa jabłkowa:
Jabłka obieramy, kroimy na małe kawałki, gotujemy w niewielkiej ilości wody, słodzimy ksylitolem, a następnie zagęszczamy skrobią wymieszaną z niewielką ilością wody. Możemy dodać 2 łyżeczki cynamonu. Wykładamy masę jabłkową na jedną część ciasta i przykrywamy drugą.

Smacznego!

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z certyfikatem bezglutenowym!



Ciasto jabłkowe, czyli szarlotka jabłkowa

Polecamy także inne przepisy na bezglutenowe ciasta:

- Tarta makowa z żurawiną
- Tarta jagodowa
- Brownie z wiśniami
- Kaszkowiec kukurydziany
- Babka rodzynkowa
- Babka z batatem
- Babka wielkanocna
- Ciasto mocno czekoladowe
- Ciasto czekoladowe
- Piernik
- Szarlotka sypana
- Ciasto jabłkowe, czyli szarlotka bezglutenowa
- Ciasto migdałowe
- Ciasto ze śliwkami

- Placek drożdżowy z agrestem i borówkami
- Torcik z kremem jaglanym i galaretką
- Torcik wegański Raffaello
- Brzdąc z kremem jaglanym
- Kakaowe ciasto gryczane z bakaliami
- Gotowany sernik wegański z tofu i kaszy jaglanej
- Mazurek kajmakowy z morelami
- Mazurek z kremem z kaszy jaglanej
- Szybkie ciasto na kruchych ciasteczkach
- Kruche ciasto z rabarbarem
- Cobbler, czyli owoce pod ciastem



Mąka ryżowa otrzymywana jest z przemiału ziaren ryżu. Bogata jest w potas, fosfor, magnez, wapń oraz witaminy z grupy B.

PRZEJDŹ DO PRODUKTU

Budyń z kaszy jaglanej z daktylami (bez glutenu, mleka, cukru)

Budyń z kaszy jaglanej z daktylami to ciekawy pomysł na deser. Kasza jaglana to produkt uniwersalny, z którego można zrobić zarówno dania słone, jak i słodkie. Dzisiaj proponujemy ugotować z niej budyń. Kasza ta w połączeniu z daktylami tworzy pyszny, sycący deser bez dodatku cukru. Sok pomarańczowy lub jabłkowy przełamuje nieco jego słodkość.

Składniki (proporcje na 4-5 osób):

- 1 szklankę suchej kaszy jaglanej
- 1 czubatą szklankę daktyli bez pestek
- 2 szklanki wody
- 2 szklanki soku pomarańczowego lub jabłkowego (najlepiej bez dodatku cukru)
- wanilia (opcjonalnie)

Przygotowanie budyniu z kaszy jaglanej:

Kaszę jaglaną płuczemy obficie w zimnej wodzie, odsączamy. Daktyle kroimy na małe kawałki i razem z kaszą wrzucamy do gotującej wody. Kiedy kasza wchłonie wodę, dolewamy sok i dodajemy wanilię. Gotujemy na małym ogniu do miękkości (w sumie ok. 20 minut), a następnie miksujemy stópką blendera. Wylewamy do pucharków i zostawiamy do ostygnięcia.

Smacznego!

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z certyfikatem bezglutenowym!

Polecamy także inne przepisy na desery i budynie bezmleczne:

- Deser z nasion chia z owocami
- Bezmleczny deser borówkowo – malinowy
- Deser jaglany z truskawkami
- Deser z kremem ryżowym i truskawkami
- Kremowy deser z orzechów nerkowca z pomarańczami
- Deser jabłkowo – kokosowy z prosem
- Deser z tapioki z dżemem
- Owocowy budyń z teff

- Jak ugotować kaszę jaglaną?

Tutaj przeczytasz o gotowaniu kaszy jaglanej.



Suszone daktyle mają wszechstronne zastosowanie – mogą służyć jako zdrowa słodka przekąska , ale także być składnikiem wielu dań (np. mięs, sałatek) i wypieków.

PRZEJDŹ DO PRODUKTU


Alergia Pokarmowa

Budyń z kaszy jaglanej z daktylami

Szybkie ciasto na kruchych ciasteczkach (bez glutenu, mleka, jajek)

Czasami, gdy nie ma się czasu, zamiast robić kruche ciasto od podstaw, można wykorzystać gotowe, bezglutenowe herbatniki lub biszkopty. Taki spód robi się bardzo szybko, a jest świetną bazą dla różnego rodzaju ciast. Jeśli pamiętacie nasz **deser z kokosem i jabłkami** to zobaczcie jak łatwo można zrobić smaczne i szybkie ciasto – z masy jabłkowo – kokosowej i bezglutenowych ciastek. Serdecznie polecamy nasz przepis na szybkie ciasto na kruchych ciasteczkach.

Składniki (na blachę o średnicy ok 24 cm):

Spód:

- ok. 150g bezglutenowych ciastek (mogą być herbatniki lub biszkopty)
- 70g roztopionego oleju kokosowego
- 4 łyżki syropu ryżowego lub z agawy

Masa budyniowa:

- 4 jabłka
- 1/2 szklanki mleka kokosowego
- 2 łyżeczki mąki ziemniaczanej
- coś do słodzenia: np. stevia, syrop z agawy, ksylitol

(cukier brązowy). (Jeśli mamy słodkie jabłka można w ogóle nie dosładzać.)

Dodatkowo:

- 1 -2 jabłka na wierzch ciasta

Przygotowanie ciasta na kruchych ciasteczkach:

KROK 1. Herbatniki dokładnie pokruszyć (można w blenderze), dodać roztopiony olej kokosowy i syrop ryżowy i dokładnie wymieszać. Okruszki powinny być wilgotne, lekko posklejane, ale całość pozostaje sypka.

KROK 2. Formę do pieczenia smarujemy tłuszczem lub wykładamy papierem do pieczenia. Odkładamy kilka łyżek ciastek na kruszonkę, a resztą wyklejamy spód formy. Pieczemy ok 10 minut w 180 stopniach. Spód wyjmujemy z piekarnika

KROK 3. Przygotowujemy masę budyniową **według tego przepisu** (krok 1-2)

KROK 4. Gotową masę wyłożyć na upieczony spód, rozłożyć na niej obrane i pokrojone jabłka i posypać resztą pokruszonych ciastek.

KROK 5. Piec ok. 20 minut, w 180 stopniach bez termoobiegu. Zostawić do wystudzenia i schłodzić kilka godzin w lodówce.

Smacznego!



Szybkie ciasto na kruchych ciasteczkach

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z certyfikatem bezglutenowym!

Polecamy także inne przepisy na bezglutenowe ciasta:

- Tarta makowa z żurawiną
- Tarta jagodowa
- Brownie z wiśniami
- Jaglane brownie bez pieczenia
- Kaszkowiec kukurydziany
- Babka rodzynkowa
- Babka z batatem
- Babka wielkanocna
- Ciasto mocno czekoladowe
- Ciasto czekoladowe
- Piernik
- Szarlotka sypana
- Ciasto jabłkowe, czyli szarlotka bezglutenowa
- Ciasto migdałowe

- Ciasto ze śliwkami
- Placek drożdżowy z agrestem i borówkami
- Torcik z kremem jaglanym i galaretką
- Torcik wegański Raffaello
- Brzdąc z kremem jaglanym
- Kakaowe ciasto gryczane z bakaliami
- Gotowany sernik wegański z tofu i kaszy jaglanej
- Mazurek kajmakowy z morelami
- Mazurek z kremem z kaszy jaglanej
- Kruche ciasto z rabarbarem
- Cobbler, czyli owoce pod ciastem

- ZAMIENNIKI

Jeśli nie chcesz korzystać z gotowych ciastek możesz samodzielnie zrobić kruchy spód **z tego przepisu** lub **spód jaglany.**



Syrop ryżowy – wytwarzany z ziaren ryżu podanych długiemu procesowi opartemu na naturalnej aktywności enzymów – nie zawiera żadnych dodatkowych składników ani substancji słodzących. Syrop w większości składa się z cukrów złożonych (maltozy). Można go stosować jako zamiennik cukru – neutralny w smaku i zapachu. Doskonale nadaje się również do dań z kuchni azjatyckiej

PRZEJDŹ DO PRODUKTU

Deser jabłkowo – kokosowy z prosem (bez glutenu, mleka, jajek)

Jabłka – chyba nikogo nie trzeba zachęcać ani przekonywać do ich jedzenia. Są pyszne, niedrogie, sezonowe i uniwersalne. Tradycyjnie pasują do cynamonu, czy wanilii, ale można też pobawić się smakiem, łącząc jabłko i proso z mlekiem kokosowym. Tak powstał nasz deser jabłkowo – kokosowy z prosem. To proste i szybkie danie jest świetne na podwieczorek, deser, albo nawet na śniadanie!

Składniki (na 2 lub 3 desery, w zależności od rozmiaru pucharków):

- 4 jabłka
- 1/2 szklanki mleka kokosowego
- 2 łyżeczki mąki ziemniaczanej
- coś do słodzenia: np. syrop z agawy, cukier trzcinowy. Jeśli mamy słodkie jabłka, można w ogóle nie dosładzać.
- orkisz ekspandowany w miodzie
- syrop daktylowy

- Przeczytaj o orkiszu

Tutaj znajdziesz artykuł o orkiszu

Przygotowanie deseru jabłkowo – kokosowego z prosem:

KROK 1. Jabłka obrać, usunąć gniazda nasienne, pokroić na małe kawałki i rozprażyć na patelni podlewając odrobiną wody.

Jabłka powinny być miękkie, o konsystencji puree. Można je też zmiksować (jeśli mamy odmianę, która trudno się rozpada), albo rozgnieść tłuczkiem do ziemniaków. jeśli jabłka są kwaśne odrobinę dosładzamy.

KROK 2. W mleku kokosowym rozmieszać mąkę ziemniaczaną i wlać do jabłek. Chwilę pogotować, aż powstanie dość gęsty budyń.

KROK 3. Na dno pucharów wlać syrop daktylowy, nałożyć masę i schłodzić. Przed samym podaniem posypać orkiszem i polać jeszcze syropem daktylowym.

Smacznego!

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z certyfikatem bezglutenowym!

Polecamy także inne przepisy na desery i budynie bezmleczne:

- Deser z nasion chia z owocami
- Bezmleczny deser borówkowo – malinowy
- Deser jaglany z truskawkami
- Deser z kremem ryżowym i truskawkami
- Kremowy deser z orzechów nerkowca z pomarańczami
- Deser z tapioki z dżemem
- Owocowy budyń z teff
- Budyń z kaszy jaglanej z daktylami



Syrop daktylowy – nie tylko do słodzenia! Syrop daktylowy jest bardzo słodki i bardzo gęsty. Z powodzeniem może byś stosowany jako zdrowy zamiennik dla polewy czekoladowej, a także jako świetny składnik dressingu do sałatek albo marynat do mięsa czy warzyw.



Tarta jaglana z bananami – Wideo

Przepis na tartę jaglaną z bananami jest już znany. Teraz publikujemy go w wersji video! Mamy nadzieję, że go wypróbujecie – naprawdę warto.

Ciasteczka z płatkami z teffu (bez glutenu, mleka, jajek)

Przepis niezwykle prosty do wykonania i łatwy do zapamiętania. Dzięki dodatkowi teffu ciasteczka są puszyste, a zmielone wiórki kokosowe i słonecznik sprawiają, że pozostają miękkie i wilgotne. Do tej pory wiele przepisów było z użyciem mąki sojowej, jednak dla osób uczulonych na soję teff będzie dobrą alternatywą dla bezglutenowych wypieków.

Składniki (na ok. 10 ciasteczek)

- 1/3 szklanki płatków z teffu
- 1/3 szklanki słonecznika
- 1/3 szklanki wiórków kokosowych

- 1/3 szklanki mąki ryżowej
- 1/3 szklanki mleka roślinnego (np. napoju ryżowego czy sojowego)
- 3 łyżki oleju kokosowego
- 1/3 szklanki cukru trzcinowego (lub mniej, lub syrop z agawy, lub ksylitol)
- 1/2 łyżeczki bezglutenowego proszku do pieczenia

Przygotowanie:

KROK 1. Płatki z teffu, słonecznik i wiórki kokosowe. Wsypujemy do blendera i miksujemy przez chwilę. Można też zmielić je w młynku do kawy.

KROK 2. Dosypujemy cukier, mąkę ryżową i proszek do pieczenia, dolewamy mleko roślinne, olej kokosowy i wyrabiamy ciasto.

KROK 3. Z ciasta lepimy małe kuleczki, spłaszczamy i układamy na papierze do pieczenia, zostawiając między ciasteczkami miejsce, gdyż podczas pieczenia urosną.

KROK 4. Pieczemy ok 15 minut w temperaturze ok 200 stopni. Upieczone studzimy i polewamy karobową i lub czekoladową polewą

- Sprawdź przepis na...

Tutaj znajdziesz przepis na polewę bez mleka



Płatki z teffu

TEFF jest to naturalne bezglutenowe ziarno pochodzące z Afryki. Doskonałe do wypieków. Płatki z teffu są bardzo uniwersalne – można ugotować je na śniadanie, albo zmielić i dodać jako mąka do ciast, naleśników, ciasteczek. Jedno opakowanie płatków z teffu od Vita Natura ma 250 gram. W praktyce daje do 2 pełne szklanki suchych płatków.

Mini – tartinki z malinami i kremem czekoladowym (bez glutenu, jajek, mleka)

Szybki i prosty bezglutenowy spód z kokosa doskonale sprawdzi się do mini – tart. To, z czym go podamy, zależy już od naszej inwencji i upodobań. Teraz w szczycie sezonu serdecznie zachęcamy, aby jak najczęściej wykorzystywać świeże owoce jagodowe – maliny, truskawki i borówki, które kupić można praktycznie wszędzie. Proponujemy też zrobić pyszny, zdrowy krem czekoladowy na bazie daktyli. Można też użyć kremu z przepisu na tartę bananową lub innego z naszych kremów i śmietanek roślinnych (linki znajdziesz poniżej). Nasze mini – tartinki z malinami i kremem czekoladowym zasmakują każdemu, a zwłaszcza miłośnikom malin!

- Zobacz też...

Przepis na tartę z bananami

Składniki (na dwie mini – tarty o średnicy 10 cm):

Spód kokosowy:

- 100 g wiórków kokosowych
- 3 – 4 czubate łyżki mąki ryżowej
- 8 łyżek mleka roślinnego
- 5 łyżek syropu ryżowego lub z agawy

Krem daktylowy:

- 2 szklanki daktyli bez pestek
- 3 szklanki wrzątku
- 3 łyżki kakao
- 3 łyżki zmielonego siemienia lnianego

Przygotowanie mini – tartinek:

KROK 1. Wszystkie składniki na spód umieszczamy w misce i zagniatamy ciasto. Będzie ono dość kruche i sypkie, jednak powinno się lepić. Wyklejamy ciastem 2 blachy wysmarowane olejem kokosowym. Pieczemy w 180°C ok. 15 minut. Spody wyjmujemy i studzimy.

KROK 2. Daktyle zalać wrzątkiem i odstawić na około 1 godzinę. Następnie gotować 10 – 15 minut, aż zmiękną. Zmiksować na gorąco z dodatkiem kakao, na koniec dodać siemię i ponownie zmiksować. Krem przed nałożeniem należy dobrze schłodzić w lodówce.

KROK 3. Nałożyć krem na kokosowe spody. Można zrobić to szprycą cukierniczą lub rozprowadzić łyżką. Na wierzch nałożyć owoce.

Smacznego!

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z

certyfikatem bezglutenowym!

Polecamy także inne przepisy na bezglutenowe ciastka:

- Kokosanki jaglane
- Szyszki z ryżu i prosa
- Bezglutenowe ciasteczka cynamonowe
- Kruche ślimaczki z daktylami i kokosem
- Szybkie ciastka gryczane bez pieczenia



Mini – tartinki z malinami i kremem czekoladowym

SPRAWDŹ TEŻ PRZEPIS NA NASZE LODY Z AWOKADO I MALINAMI!

Czekoladowe lody z awokado i malinami (bez mleka, jajek)

Zrobiliśmy domowe lody bez mleka i jajek, za to z sezonowymi owocami. Skład lodów ze sklepu pozostawia wiele do życzenia, a

znalezienie lodów dla alergików graniczy z cudem. Na szczęście pyszne, czekoladowe lody z awokado i malinami można zrobić bardzo łatwo samemu w domu. Zaskoczy was to, jak kremową mają konsystencję – to wszystko dzięki awokado, które jest bazą tych lodów.

Sam smak awokado może wydawać się nieodpowiedni do wyrobów na słodko. Nie każdemu też posmak awokado pasuje do lodów – dlatego dobrze jest przełamać lody dodatkami – w tym przypadku wanilią, malinami i syropem z trzciny cukrowej.

Składniki (na 4 porcje):

- dojrzałe awokado
- 2 łyżki kakao
- cukier lub ksylitol w zależności od smaku
- 2 łyżki oleju kokosowego
- 50 ml mleka kokosowego
- maliny (lub inne owoce sezonowe)
- syrop buraczany lub daktylowy
- esencja waniliowa

Czekoladowe lody z awokado i malinami – przygotowanie opisane w krokach:

KROK 1. Awokado należy przekroić na pół i usunąć pestkę.

KROK 2. Awokado, cukier, olej kokosowy i kakao umieszczamy w misie blendera i miksujemy na bardzo gładką masę. W międzyczasie dodajemy kilka kropel esencji waniliowej. Masa musi być zupełnie gładka i aksamitna.

- UWAGA!

Lody te wymagają dodania dość dużej ilości cukru. Można zastąpić go stewią lub ksylitolem. **O zamiennikach cukru czytaj też tutaj**
KROK 3. Lody najlepiej od razu podzielić na porcje, chociaż po

zamrożeniu są na tyle kremowe, że można je pokroić. Dno małych, plastykowych lub silikonowych foremek wykładamy malinami i wylewamy naszą masę. Przykrywamy i wkładamy do zamrażarki na minimum kilka godzin.

KROK 4. Po zamrożeniu delikatnie wyjmujemy lody z pudełeczek (boki pojemniczków można na chwilę włożyć do ciepłej wody, lody łatwiej będzie wyjąć). Ozdabiamy syropem z trzciny cukrowej albo daktylowym.

Smacznego!

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z certyfikatem bezglutenowym!

Wypróbuj także inne przepisy na lody wegańskie:

- Truskawkowe lody z kaszą jaglaną
- Lody jagodowo – porzeczkowe
- Lody brzoskwiniowe z daktylami



Czekoladowe lody z awokado i malinami

Truskawkowe lody z kaszą jaglaną (bez mleka, jajek)

Sezon na lody już trwa i trwać będzie jeszcze długo. Pokusy czekają na każdym rogu, a przecież alergik nie na wszystkie smakołyki może sobie pozwolić. Dlatego przedstawiamy alternatywę, którą zawsze warto mieć w zamrażarce – pyszne i zdrowe domowe lody, które przygotujemy szybko i bez problemów – truskawkowe lody z kaszą jaglaną. Dzięki dodatkowi kaszy jaglanej lody będą bardziej sycące i pełne składników odżywczych. Jest to świetny sposób, żeby przekonać nawet najbardziej niechętnych osobników do kaszy jaglanej.

Warto zakupić foremki do robienia lodów. Jeśli takowych nie mamy, można wykorzystać pudełeczka po jogurtach i patyczki do lodów. Ważne, żeby zrobić oddzielne porcje, gdyż po zamrożeniu lody są zbyt twarde, żeby je dzielić.

Składniki (na ok. 6 porcji):

- 1 miseczka truskawek
- 1 szklanka napoju roślinnego (np. napoju sojowego lub ryżowego)
- kilka łyżek syrop ryżowy
- 1 szklanka ugotowanej kaszy jaglanej

- Jak prawidłowo ugotować kaszę jaglaną?

Sprawdź w naszej bazie wiedzy!

Przygotowanie lodów:

Wszystkie składniki wrzucamy do misy blendera i dokładnie miksujemy. Kluczowe jest to, aby zmiksować je na jak najgładszą masę. Przelewamy ją do przygotowanych pojemniczków i wkładamy na minimum kilka godzin do zamrażarki.

Smacznego!

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z certyfikatem bezglutenowym!

Wypróbuj także inne przepisy na lody:

- Czekoladowe lody z awokado i malinami
- Lody jagodowo – porzeczkowe
- Lody brzoskwiniowe z daktylami



Truskawkowe lody z kaszą jaglaną

Kruche ciasto z rabarbarem (bez glutenu, mleka, jajek)

Sezon na rabarbar jeszcze trwa, ale trzeba się pospieszyć – niedługo się skończy i na następne rabarbarowe przysmaki poczekamy do następnego roku. Polecamy pyszne kruche ciasto z rabarbarem i mąką z amarantusa. Jego smak dość mocno przebija się w cieście i nadaje mu charakterystycznego, orzechowego zapachu.

Składniki:

- 1 szklanka mąka sojowa
- 1 szklanka mąka z amarantusa
- 4 łyżki mąka kukurydziana
- 200 g margaryna (bez mleka)
- 5 łyżek syrop ryżowy lub z agawy
- 1/2 szklanki cukru pudru
- 1 łyżeczka czubata proszku do pieczenia
- siemię lniane zamiast jajka – 1 łyżka kisielu z siemienia (zobacz tutaj jak przygotować)
- rabarbar + syrop ryżowy, z agawy lub cukier

Przygotowanie kruchego ciasta z rabarbarem:

KROK 1. Rabarbar umyć i pokroić w kostkę, a następnie poddusić

na patelni z odrobiną wody i 2 łyżkami cukru lub syropem ryżowym. Rabarbar nie powinien być zbyt wodnisty, należy dusić go krótko, żeby nie stracił zupełnie kształtu. Jeśli soku będzie za dużo, ciasto namoknie.

KROK 2. Do miski wsypujemy mąki, proszek do pieczenia, cukier, syrop ryżowy, dodajemy pokrojoną margarynę i siemię lniane. Ciasto wyrabiamy, aż uzyskamy gładką kulę, która nie lepi się do rąk. Wkładamy je na ok. pół godziny do lodówki.

KROK 3. 1/3 ciasta wykładamy dno okrągłej formy i pieczemy spód ok. 10 – 15 minut w piekarniku w 180°C. Wyjmujemy, przestudzamy. Następnie 1/3 ciasta wyklejamy boki formy, a do środka wkładamy podduszony rabarbar. Z reszty ciasta robimy kruszonkę. Pieczemy jeszcze ok. 15 minut (aż do lekkiego zbrązowienia). Pod sam koniec można wyłączyć spód i piec samą górę ciasta.

Smacznego!

Uwaga! Osoby chore na celiakię powinny używać produktów z certyfikatem bezglutenowym!

Polecamy także inne przepisy na bezglutenowe ciasta:

- Tarta makowa z żurawiną
- Tarta jagodowa
- Brownie z wiśniami
- Jaglane brownie bez pieczenia
- Kaszkowiec kukurydziany
- Babka rodzynkowa
- Babka z batatem
- Babka wielkanocna
- Ciasto mocno czekoladowe
- Ciasto czekoladowe
- Piernik
- Szarlotka sypana
- Ciasto jabłkowe, czyli szarlotka bezglutenowa
- Ciasto migdałowe

- Ciasto ze śliwkami
- Placek drożdżowy z agrestem i borówkami
- Torcik z kremem jaglanym i galaretką
- Torcik wegański Raffaello
- Brzdąc z kremem jaglanym
- Kakaowe ciasto gryczane z bakaliami
- Gotowany sernik wegański z tofu i kaszy jaglanej
- Mazurek kajmakowy z morelami
- Mazurek z kremem z kaszy jaglanej
- Szybkie ciasto na kruchych ciasteczkach
- Cobbler, czyli owoce pod ciastem



Kruche ciasto z rabarbarem