Bezglutenowe ciasto ze śliwkami (bez drożdży, mleka, jajek)

Nadszedł sezon śliwkowy – naszych smacznych polskich owoców, będących bogactwem witamin, minerałów oraz innych cennych składników. Warto więc jadać te owoce na surowo, a także wykorzystywać do deserów i ciast. Oczywiście w sezonie można kupić ich więcej i zamrozić. Co ważne, owoce i warzywa mrożone zachowują swój cenny „skład". My nasze bezglutenowe ciasto ze śliwkami zrobiliśmy z świeżymi śliwkami i wyszło nam ono naprawdę przepyszne, ale jesteśmy przekonani, że z mrożonych owoców wyjdzie równie smaczne. Zwróćcie uwagę, że nasze ciasto wygląda na drożdżowe, ale drożdży nie zawiera. To dobra wiadomość dla tych, którzy ich unikają!

Składniki:

Ciasto:

- 1 szklanka mąki ryżowej białej
- 1 szklanka mąki kukurydzianej
- 1/2 szklanki mąki ze słodkiego ryżu (zmielony ryż słodki)
- 1/2 szklanki mąki ziemniaczanej (mąki z tapioki lub skrobi kukurydzianej)
- 1 czubata łyżka mąki z cieciorki
- 2 płaskie łyżeczki proszku do pieczenia
- 1 opakowanie cukru cytrynowego lub waniliowego
- 1 płaska łyżeczka pektyny
- 2/3 szklanki cukru lub ksylitolu
- 1 1/2 szklanki mleka ryżowego
- 1/3 szklanki oleju
- 10-12 śliwek przekrojonych na pół

Kruszonka:

- 1/3 szklanki mąki ryżowej
- 1/3 szklanki mąki kukurydzianej
- 1/4 szklanki cukru
- 50 g margaryny bezmlecznej

Przygotowanie ciasta ze śliwkami:

Mąki przesiać do dużej miski, dodać cukier, proszek do pieczenia, cukier cytrynowy i pektynę. Dokładnie wymieszać, a następnie wlać mleko i olej, zmiksować lub wymieszać łyżką. Ciasto wlać do natłuszczonej i obsypanej mąką lub bułką tartą foremki o rozmiarach 20x20cm. Wyłożyć owoce, a następnie posypać kruszonką. Piec ok. 45 minut w temperaturze 190°C.

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
- Kaszkowiec kukurydziany
- Babka rodzynkowa
- Babka z batatem
- Babka wielkanocna
- Ciasto mocno czekoladowe
- Ciasto czekoladowe
- Piernik
- Szarlotka sypana
- Ciasto jabłkowe, czyli szarlotka bezglutenowa
- Ciasto migdałowe
- 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



Bezglutenowe ciasto ze śliwkami