Bezglutenowa tarta truskawkowa (bez mleka, jajek)

Tarty są elegancką wersją kruchego ciasta, które świetnie smakuje zarówno na słono, jak i na słodko. Nasza dzisiejsza propozycja – bezglutenowa tarta truskawkowa – powstała z zimowej tęsknoty za smakiem truskawek. Na szczęście mamy jeszcze owoce mrożone, które dostępne są w sklepach przez cały rok, dzięki którym możemy cieszyć się smakiem lata.Spróbujcie naszej pysznej, bezglutenowej tarty truskawkowej!

Składniki:

Ciasto:

- 3/4 szklanki mąki owsianej
- 1/2 szklanki mąki sojowej
- 1/2 szklanki mąki kukurydzianej
- 1/2 szklanki cukru (może być mniej)
- 1/2 kostki margaryny bezmlecznej (np. Alsan)
- 1 płaska łyżeczka łuski babki jajowatej
- 1/3 szklanki wody mineralnej

Masa truskawkowa:

- 400 ml mleka kokosowego zagęszczonego (lub 500ml zwykłego, ale wtedy nie dodajemy wody)
- 100 ml wody
- 2 szklanki rozmrożonych truskawek
- 4 łyżki cukru lub ksylitolu (można trochę mniej)
- 1 opakowanie cukru waniliowego
- 2 1/2 płaskiej łyżeczki agaru

Przygotowanie:

Ciasto:

Zimną margarynę, mąki oraz cukier wkładamy do miski i siekamy wszystko razem (aby margaryna i reszta składników trochę się połączyły). Następnie przygotowujemy gęsty „kisiel” z łuski babki i wody. Z tego, co nam wyjdzie, do miski, wkładamy 2-3 łyżeczki. Wszystkie składniki razem zagniatamy, aż powstanie nam jednolita, zwarta masa. Ciasto zawijamy w folię, wkładamy do zamrażalnika na 10-15 minut (żeby było mocno schłodzone). Dzięki temu ciasto nie powinno kleić się do rąk podczas przekładania do formy na tartę. Pieczemy w 190 stopniach ok. 20-25 minut.

Masa truskawkowa:

Zagotować mleko kokosowe z wodą. Cukier, cukier waniliowy i agar wymieszać w miseczce. Wsypywać powoli do gotującego mleka i gotować kilka minut, ciągle mieszając. Do mleka dodać truskawki i wszystko dokładnie zmiksować (można też zmiksować truskawki osobno, a później połączyć). Na ostudzoną tartę wylać masę truskawkową. Stężony krem truskawkowy udekorować startą czekoladą i owocami (u nas borówki, bo rozmrożone truskawki wyglądają nieapetycznie). W sezonie oczywiście używamy świeżych truskawek.

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
- 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



Bezglutenowa tarta truskawkowa