



Bezglutenowa tarta z agrestem

Spód tarty

- 100 g mąki kokosowej (ew. owsianej)
- 100 g mielonych migdałów
- 50 g mąki ziemniaczanej
- 4 łyżki syropu z agawy
- 4 łyżki zimnej wody
- 3 łyżki oleju kokosowego

Agrestowe nadzienie

- 700 g świeżego agrestu
- 50 g cukru (użyłam kokosowego)
- sok z 1 cytryny
- 3 łyżki mąki kukurydzianej

Beza

- 3 białka (w temp. pokojowej)
- szczypta soli
- 150 g cukru pudru
- 2 łyżeczki mąki ziemniaczanej



PRZEPIS NA FORMĘ DO TARTY 26 CM



Bezglutenowy

ZAWIERA:



Jaja

Cukier

Orzechy

Spód

1. W misce wymieszaj mąkę ziemniaczaną, kokosową i mielone migdały. **2.** Dodaj syrop z agawy, olej kokosowy (powinien być w formie stałej) i wodę. Wymieszaj, aż powstanie miękka i lepka masa. **3.** Na formę równomiernie wyłóż wyrobione ciasto, wylepiając spód i boki formy. **4.** Formę włóż na 30 minut do lodówki.

Agrestowe nadzienie

1. W garnuszku umieść agrest, cukier i sok z cytryny. Podgrzewaj na małym ogniu, mieszając od czasu do czasu, aż cukier się rozpuści, a agrest puści sok i zmięknie. **2.** Na sitku odcedź sok od owoców. **3.** Sok wymieszaj dokładnie z mąką kukurydzianą, do uzyskania jednolitej masy. **4.** Z powrotem połącz sok z odcedzonym agrestem i energicznie mieszając doprowadź do zagotowania. Mieszaj jeszcze przez chwilę, aż masa zgęstnieje. Odstaw do przestudzenia.



Beza

1. Do dużej miski wlej białka i zacznij ubijać, zwiększając obroty miksera. Jak tylko białka nieco się spenią dodaj sól.
2. Stopniowo dodawaj po łyżce cukru pudru, nie przerywając miksowania. Białka powinny być sztywne i błyszczące.
3. Pod sam koniec ubijania dodaj mąkę ziemniaczaną i ubijaj na wolnych obrotach przez kilkanaście sekund.

Tarta

1. Na spód wyłóż agrestowe nadzienie, a na nie ubite białka.
2. Umieść w piekarniku rozgrzanym do 180 °C i piecz przez 10 minut.
3. Następnie zmniejsz do 140 °C i piecz dodatkowe 40-50 minut – do momentu kiedy wierzch bezy będzie przyrumieniony i chrupki. Wystudź w stygnącym piekarniku przy uchylonych drzwiczkach.

