



BezOkruszka.pl

Zdrowe i pyszne
przepisy bezglutenowe

Tort marchewkowy z miodowym kremem i orzechami

Składniki na 1 blat ciasta

- 2 jajka
- ok. 100 g cukru trzcinowego nierafinowanego
- 90 g oleju rzepakowego lub masła (roztopionego i ostudzonego)
- ½ szklanki miksingu mąki bezglutenowej (ok. 75 g)
- ½ szklanki mąki gryczanej (ok. 75 g)
- 1 łyżeczka mielonego cynamonu
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia bezglutenowego
- 1 łyżeczka sody
- 1 duża marchewka (ok. 130 g)
- 1 cm świeżego imbiru
- 1 łyżeczka rumu (jeśli tort nie będzie dla dzieci)



Dodatkowo na górny blat

- 2 gruszki
- 2 łyżki masła
- 2 łyżki miodu

Krem miodowy

- 250 ml mleka (użyłam ryżowego)
- 2 czubate łyżki mąki ziemniaczanej
- ziarenka z 1 laski wanilii
- 3 łyżki miodu
- 100 g masła w temperaturze pokojowej

Wierzch

- 1 łyżka masła
- 1 łyżka miodu
- garść orzechów włoskich

Dolny blat tortu

1. Marchewkę zetrzyj na tarce o małych oczkach. **2.** Mąkę wymieszaj z cynamonem, sodą, proszkiem. Dodaj do marchewki i dokładnie wymieszaj. **3.** Jajka zmiksuj z cukrem na puszystą masę. Powoli dolewaj masło lub olej, cały czas miskując.

PRZEPIS NA OK. 8-10 PORCJI



Bezglutenowy

ZAWIERA:



Jaja



Nabiał



Cukier



Orzechy

Do przygotowania blatów użyłam tortownicy z powłoką nieprzywieralną.



4. Na koniec dodaj starty imbir i rum. Zamieszaj i połącz z marchewką. 5. Masę przelej do tortownicy (u mnie 27 cm) piecz 25–30 minut w 180 °C. Po upieczeniu ciasto wyjmij z tortownicy i ostudź na kratce.

Górny blat tortu

1. Gruszki obierz, wydrąż i pokrój w półplasterki. 2. W garnuszki na minimalnym ogniu rozpuść masło. Dodaj miód i mieszaj przez minutę. 3. Masę przelej na spód (czystej ;-) tortownicy i równomiernie rozprowadź. 4. Ułóż gruszki w ozdobny okrąg i odstaw. 5. W tym czasie przygotuj kolejny blat ciasta (jak powyżej). 6. Gotową masę przelej ostrożnie na gruszki i piecz 25–30 minut w 180 °C. 7. Po upieczeniu odczekaj 15 minut i następnie odwróć ciasto do góry spodem i wyłóż na talerz.

Krem miodowy

1. Mąkę rozmieszaj w ¼ szklanki mleka, a pozostałą ilość zagotuj z ziarnami wanilii. 2. Wlej do gotującego się mleka i mieszaj, aż powstanie budyń. 3. Odstaw do ostudzenia. 4. Masło utrzyj na puch, dodaj miód i dalej ucierając dodawaj po kilka łyżek budyniu.

Wierzch

1. W garnuszki na minimalnym ogniu rozpuść masło. 2. Dodaj miód i mieszaj przez minutę. 3. Dorzuć wcześniej uprażone, z grubsza posiekane orzechy i dokładnie wymieszaj.

Tort

1. Wyłóż pierwszą warstwę ciasta i przelóż kremem. 2. Na to połóż górny blat z gruszkami. 3. Wierzch ciasta wyłóż orzechami z miodem. 4. Gotowy tort przelóż do lodówki na min. 2 godziny.

