

Fruchttörtchen

Anzahl Personen: 8

Vegan

© Infovita GmbH

Menge	Zutaten	Bearbeitung
Boden		
130 g	Mandeln	
100 g	Paranusskerne	
90 g	Datteln entsteint	halbieren
50 g	Aprikosen süß	vierteln
30 g	Wildaprikosen	
0.5 KL	Ingwerpulver	
Cashew-Creme		
150 g	Cashewkerne	
150 ml	Wasser	
25 g	Honig oder Agavendicksaft	
2 Msp.	Vanillepulver	
1 EL	Sanddornsafte	
2 Prise	Salz	
Belag		
200 g	Banane, geschält	in dünne Rädchen schneiden
400 g	Früchte oder Beeren	

Anleitung

1. Bei Verwendung eines Cutters: Cashewkerne für die Creme in den angegebenen Wassermenge mind. 2 Std. einweichen.
2. Zutaten für den Boden zusammen in den Mixer oder Cutter (mehrere Portionen) geben und sehr fein hacken.
3. Die Masse in die entsprechende Anzahl Stücke teilen und als dünner Boden mit Seitenwänden in die Förmchen pressen.
4. Mit Bananenrädchen belegen (etwas überlappend, deshalb dünn schneiden).
5. Die Zutaten für die Cashew-Creme sehr fein mixen und je 1 - 2 EL auf den Bananenrädchen verteilen.
6. Die Früchte und/oder Beeren entsprechend zerkleinern und die Törtchen damit reich belegen.

Tipp: Anstelle der kleinen Törtchen, kann auch eine grosse Torte hergestellt werden. Zu diesem Zweck den Boden einer Springform mit Backtrennpapier auskleiden.

