ТОРТЫ

Веган. Без глютена. Без лактозы
Без подсластителей

DOCHKI.COM

Содержание:

Морковный торт

Чизкейк

Муравейник

Апельсиновый с манговым кремом

Шоколадный с вишней

Тирамису

Банановый с ягодным кремом

Карамельный «Медовик»

Дополнительные рецепты (Начинки, глазури)

Дополнительная информация Замены

Вкусовые сочетания

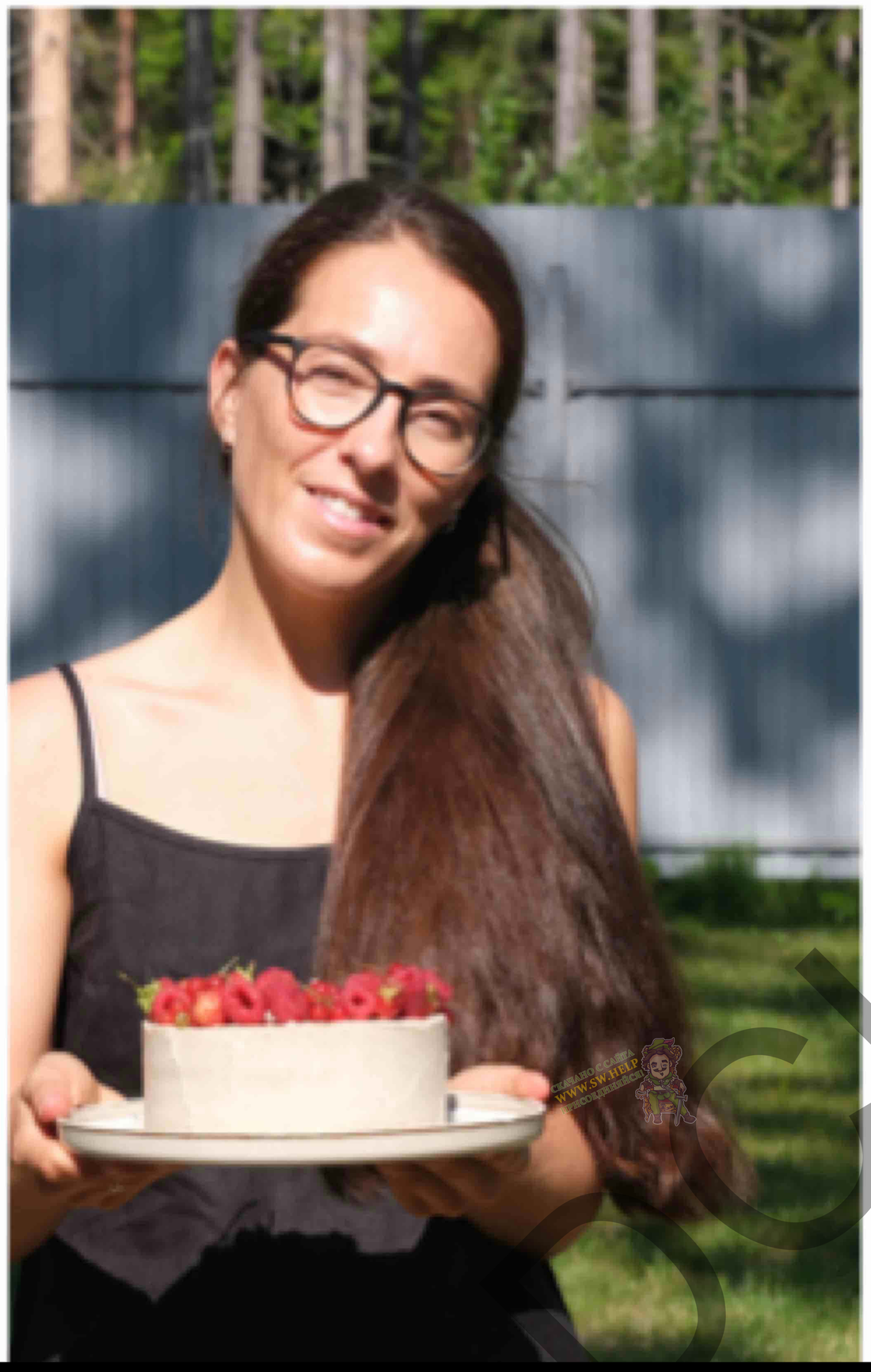






SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!



Привет ребята!

В мире веганских тортов я уже 10 лет. Сначала это были торты просто без яиц и молочных продуктов. Далее стали популярны торты без глютена с заменителями сахара. И сейчас я пришла к тому, что и заменители сахара не особо полезны и ничем от него не отличаются по свойствам.



В качестве подсластителя я использую финики и сладкие фрукты - апельсины, бананы, манговое или яблочное пюре.

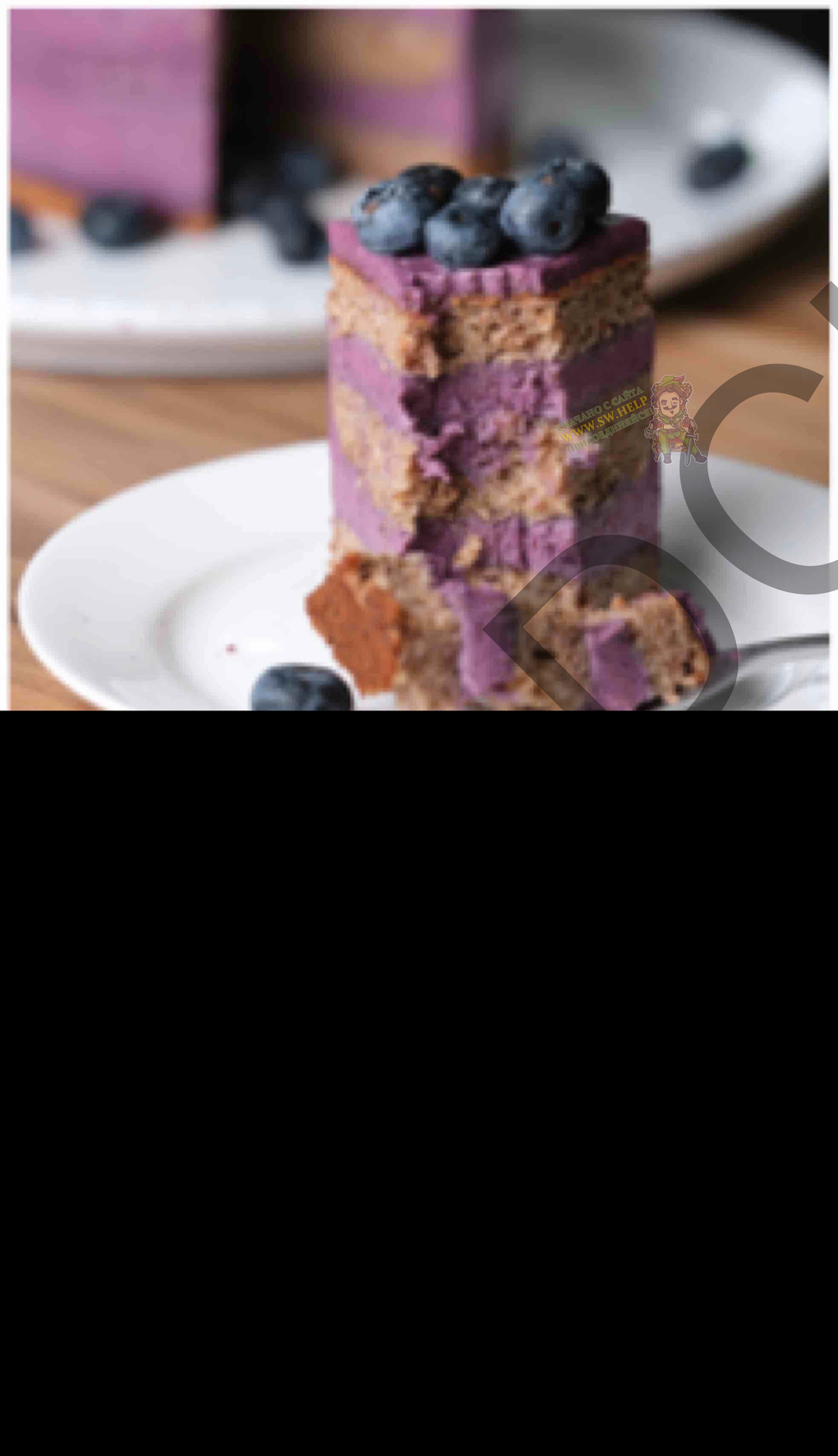
Почему я так люблю финики?
Потому что они помимо сладости и углеводов содержат клетчатку, кислоты, витамины и минералы, белки, антиоксиданты, флавоноиды. В отличии от сахаров и сиропов в которых одни углеводы!

Благодаря этому десерты на основе фиников, помогают регулировать уровень и избегать резких скачков сахара в крови.

С давних времен финики считались символом изобилия, плодородия и богатства!

SKLADCK.COM
СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!





В этом сборнике вы найдёте 8 рецептов тортов.

Но по сути это отличная база бисквитов, кремов и начинок, из которых можно создать гораздо больше сочетаний.

Не стесняйтесь, включайте фантазию и творите.

Надеюсь приготовление

ВЗЯТО С САЙТА WWW.SW.HELP

Морковный торт со сливочным кремом пломбир

SKLADOK.COM

Морковный торт



Бисквит.

Морковь - 240 гр
Грецкий орех - 75 гр
Масло авокадо - 50 гр
Финики - 120 гр
Мука зелёной гречки - 150 гр
Вода - 70 гр
Сода - 1,5 ч л
Яблочный уксус - 1 ч л
Щепотка соли и корицы

1. Морковь натереть на мелкой тёрке.
2. Орехи измельчить до размера 3-5 мм
3. Финики пробить с водой в пюре погружным блендером, добавить уксус, соль, корицу, масло и натертую морковь.
4. Муку смешать с содой. И добавить в финиковую массу. Перемешать венчиком. Добавить орехи, и ещё раз перемешать.
5. Разложить тесто в 2 кольца диаметром 16 см по 360 гр.
6. Выпекать при температуре 180 градусов 20 минут. Готовность проверяем деревянной шпажкой.

SKLADCHIK.COM

Морковный торт



Сливочный крем.

Урбеч кешью - 50
Вода - 260
Финики - 100
Кокосовое масло раф - 50
Какао масло раф - 50
Масло авокадо - 30
Сухое молоко овсяное - 20
Лимонный сок - 5
Лецитин - 5
Камедь ксантановая - 2,5 гр (1/3 ч л)

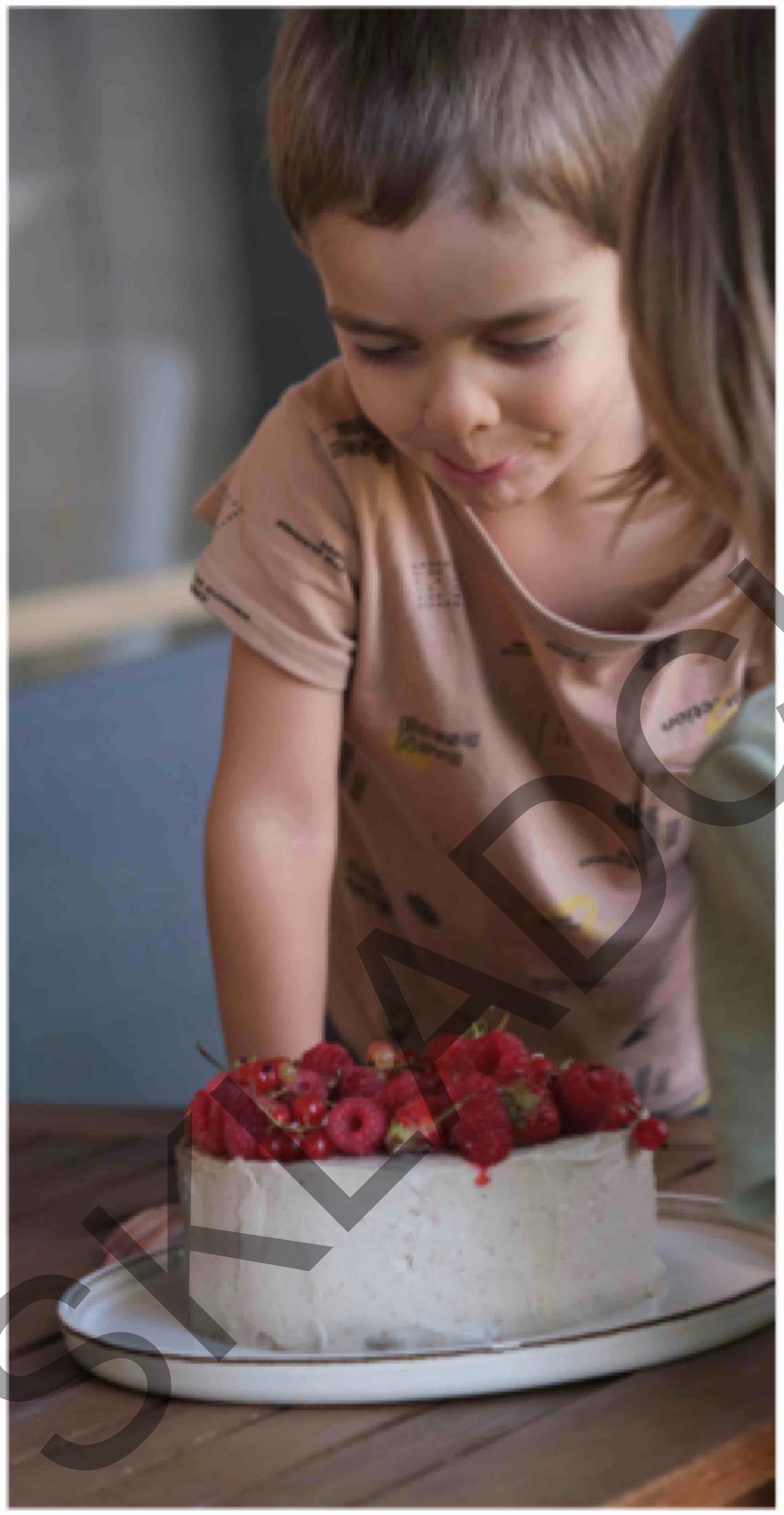
1. Растопить какао масло и кокосовое масло.
2. В чашу блендера налить воду комнатной температуры,добавить кешью урбеч, лимонный сок, финики и пробить до однородности.
3. Добавить сухое молоко, ксантановую камедь и пробить ещё раз.
4. Добавить все масла и лецитин, пробить ещё раз.
5. Перелить эмульгированные сливки в контейнер. Накрыть пищевой плёнкой в контакт. Остудить и убрать в холодильник минимум на 12 часов.
6. Взбить миксером, и после можно собирать торт.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Морковный торт

Сборка.



1. Коржи полностью остудить. Разрезать каждый на 2 части.
2. Крем взбить миксером и переложить в кондитерский мешок.
3. Собираем торт в кольце. Чередуя бисквит и крем.
4. Убрать торт на стабилизацию в холодильник минимум на 4 часа.
5. Достать из кольца, обмазать остатками крема. И можно украшать.

SKACHANO

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Чизкейк

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Чизкейк



Песочная основа

Мука зелёной гречки - 120
Миндальная мука - 140
Финики - 40
Кокосовое масло - 60
Вода - 15

1. Финики и мягкое кокосовое масло пюрировать блендером.
2. Насыпать в масленную смесь всю муку, перетереть вместе с маслом.
3. Добавить воду, перемешать.
4. Выложить в кольцо диаметром 16 см, сформировать бортики и дно чизкейка толщиной 7 мм. Плотно утрамбовать руками.
5. Поставить в духовку разогретую до 170 градусов на 5 минут.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Чизкейк



Начинка

Тофу твёрдый - 300
Сок и цедра одного лимона
Финики - 150
Кокосовые сливки - 180
Ваниль 1 стручок
Кокосовое масло - 15

1. Все ингредиенты не должны быть холодными.
2. Сложить всё в чашу блендера, пробить до однородности.
3. Переложить массу на песочную основу которая 5 минут подпеклась в духовке.
4. Выпекать при температуре 170 градусов 30 минут.
5. Полностью остудить и только после этого вынимать из формы.

*к чизкейку идеально подошёл соус из красной смородины.

80 гр пюре без косточек
1/3 ч л пектина

Проварить до кипения, слегка остудить и полить чизкейк.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Муравейник с кремом «вареная сгущенка»



SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Муравейник



Печенье

Мука зелёной гречки - 140
Мука бурого риса - 100
Мука миндальная - 60
Кокосовое масло - 100
Вода - 90
Мука псиллиума - 1/2 ч л
Соль - 1/2 ч л
Сода - 1/2 ч л
Яблочный уксус/лимон - 1 ч л

1. Смешать всю муку с псиллиумом, содой и солью в миске.
2. Сделать в мучной смеси углубление и влить туда растопленное кокосовое масло, уксус и воду.
3. Вымесить тесто.
4. Раскрошить тесто руками на пергаментную бумагу, кусочки 1-2 см, выложить на противень.
5. Выпекать 15-18 минут при температуре 190 градусов.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Муравейник



Крем «варёная сгущёнка»

Кокосовое молоко - 200
Финики - 450 гр
Какао масло - 40
Урбеч миндальный - 60
Ваниль
Щепотка соли

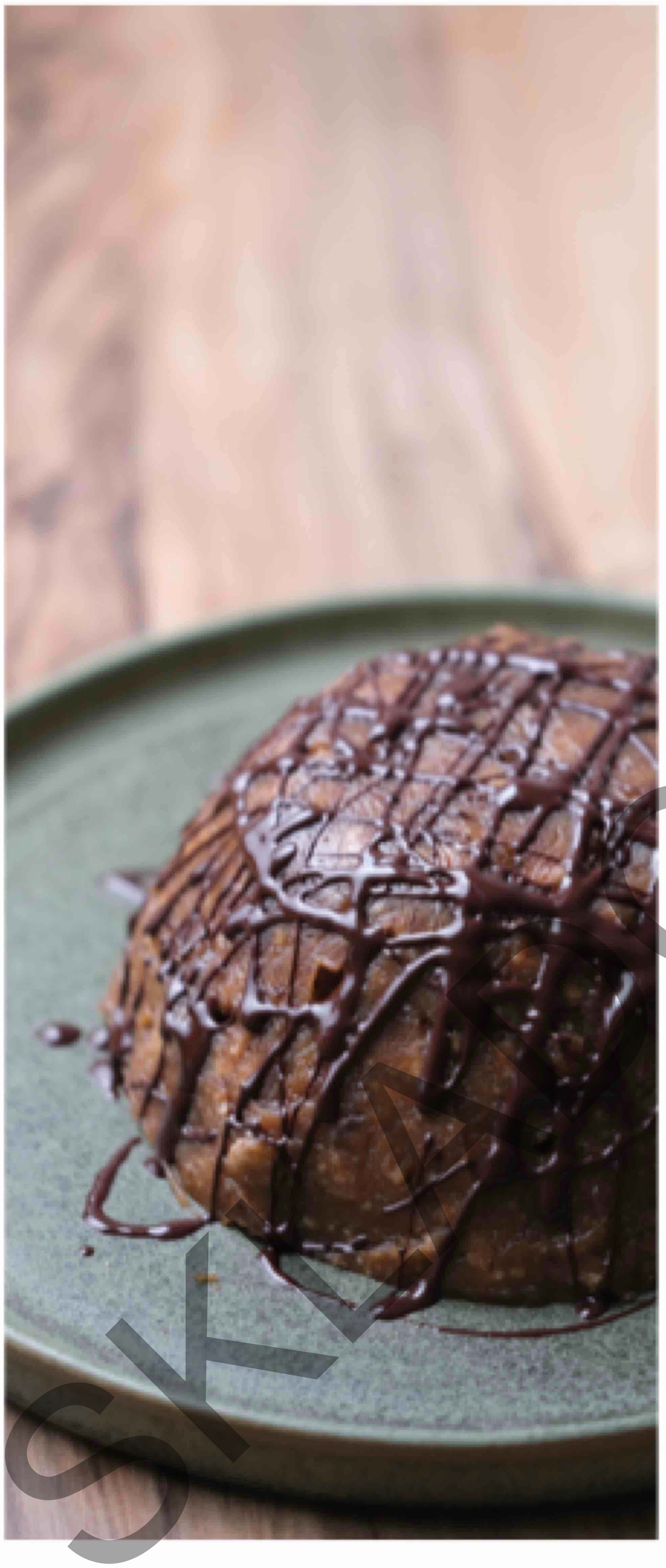
1. Кокосовое молоко вместе с финиками пробить блендером.
2. Добавить урбеч, растопленное масло, соль и семена ванили, ещё раз пробить до однородности.

SKLADCHINA.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Муравейник

Сборка.



1. Печенье полностью остудить.
2. Высыпать печенье в приготовленный крем.
3. Перемешать лопаткой, чтобы все печенье равномерно распределилось в креме.
4. Пирамидовидную миску застелить внутри пищевой плёнкой, выложить туда всю массу с кремом, утрамбовать лопаткой.
5. Закрыть плёнкой и убрать на стабилизацию торт в холодильник на 4 часа.
6. Переложить на блюдо или подложку. Снять плёнку.
7. И полить глазурью или шоколадом

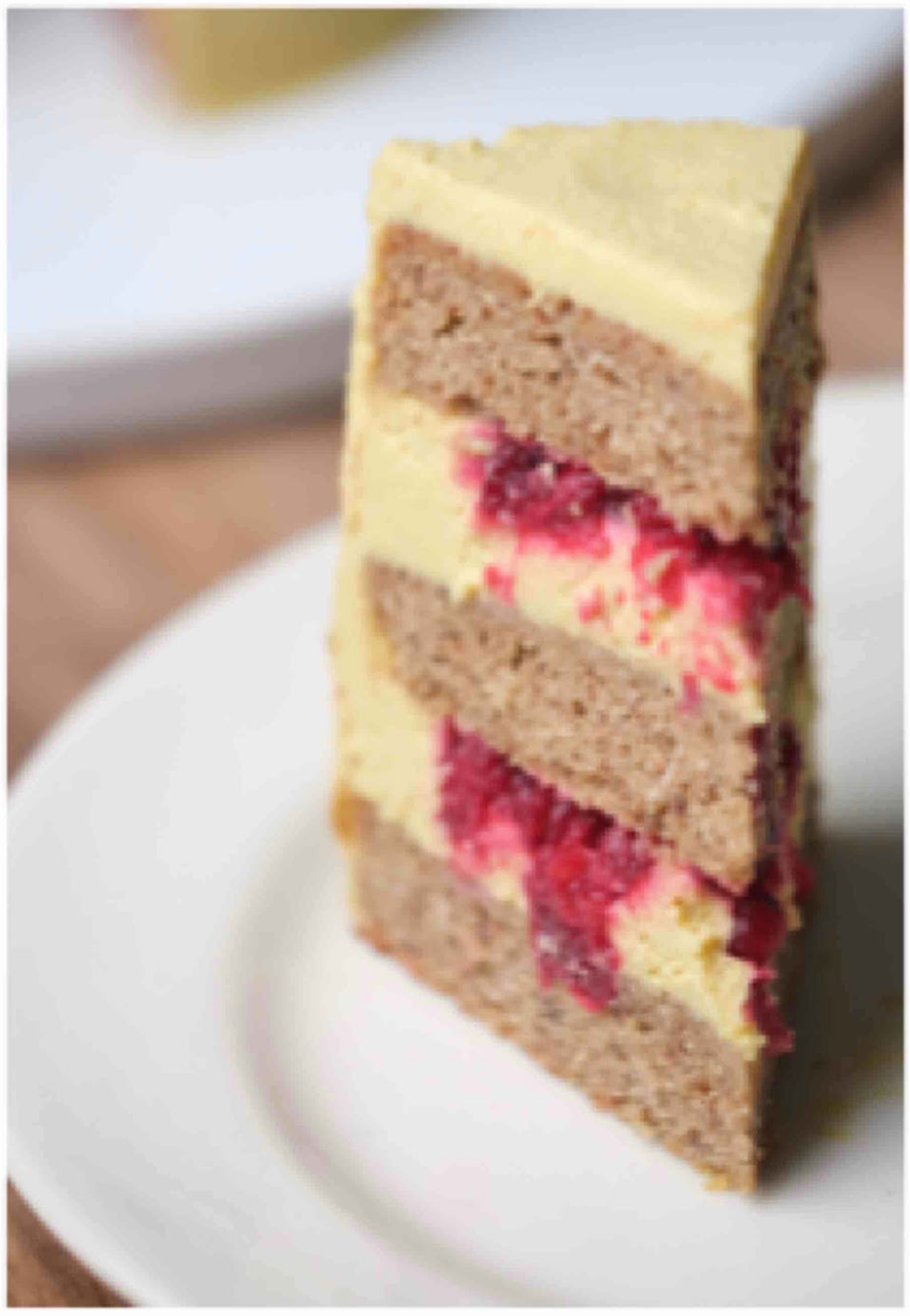
СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Апельсиновый торт с манговым кремом

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Апельсин-манго



Бисквит

Мука зелёной гречки - 230
Мука миндальная - 40
Авокадо масло - 75
Финики - 240
Соль щепотка
Сода - 1ч л
Яблочный уксус/лимон - 1 ч л
Цедра 1 апельсина

Апельсиновый сок - 300

1. Смешать всю муку с содой и солью.
2. Апельсиновый сок и финики пробить в блендере до однородности. Добавить масло и цедру. Перемешать.
3. Объединить обе массы. Перемешать венчиком.
4. Разделить тесто на 3 части по 300гр, выложить в кольца для выпечки диаметром 16 см.
5. Выпекать при температуре 180 градусов 20 минут.
6. Полностью остудить бисквиты.

SKLADCHIK.COM

Апельсин-манго



Крем 1

Кешью - 200
Кокосовое молоко - 100
Пюре манго - 300
Какао масло - 50
Куркума/соль/ваниль по щепотке

1.Кешью залить кипятком на 2 часа, или обычной водой на 8 часов.
2. Какао масло растопить.
3. Сложить все ингредиенты в чашу блендера и пробить до однородности.
4. Перелить в миску, накрыть крем пищевой плёнкой в контакт, убрать в холодильник на 6-8 часов для стабилизации.
5. Взбить крем миксером.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Апельсин-манго



Крем 2

Пюре манго - 500
Кокосовые сливки - 300
Кокосовый урбеч - 100
Агар-агар - 1,5 ч л

1. Манговое пюре перелить в сотейник, смешать с агаром. Поправить до кипения постоянно помешивая.
2. Добавить кокосовый урбеч. Перемешать. Накрыть плёнкой в контакт и убрать в холодильник на стабилизацию на 4 часа.
3. Пробить застывшее пюре погружным блендером.
4. Из банки со сливками достать твёрдую часть. Для этого банка со сливками должна постоять в холодильнике минимум сутки.
5. Взбить миксером кокосовые сливки 5 минут.
6. Добавить манговую массу, взбить миксером ещё раз.

SKLADCHIK.COM
СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Апельсин-манго



Начинка

Красная смородина/
клюква - 100
Вода - 15
Агар- агар - 1/4 ч л

1. Ягоды и воду пробить подгружным блендером, добавить агар и проварить до кипения.
2. Остудить, пробить блендером ещё раз

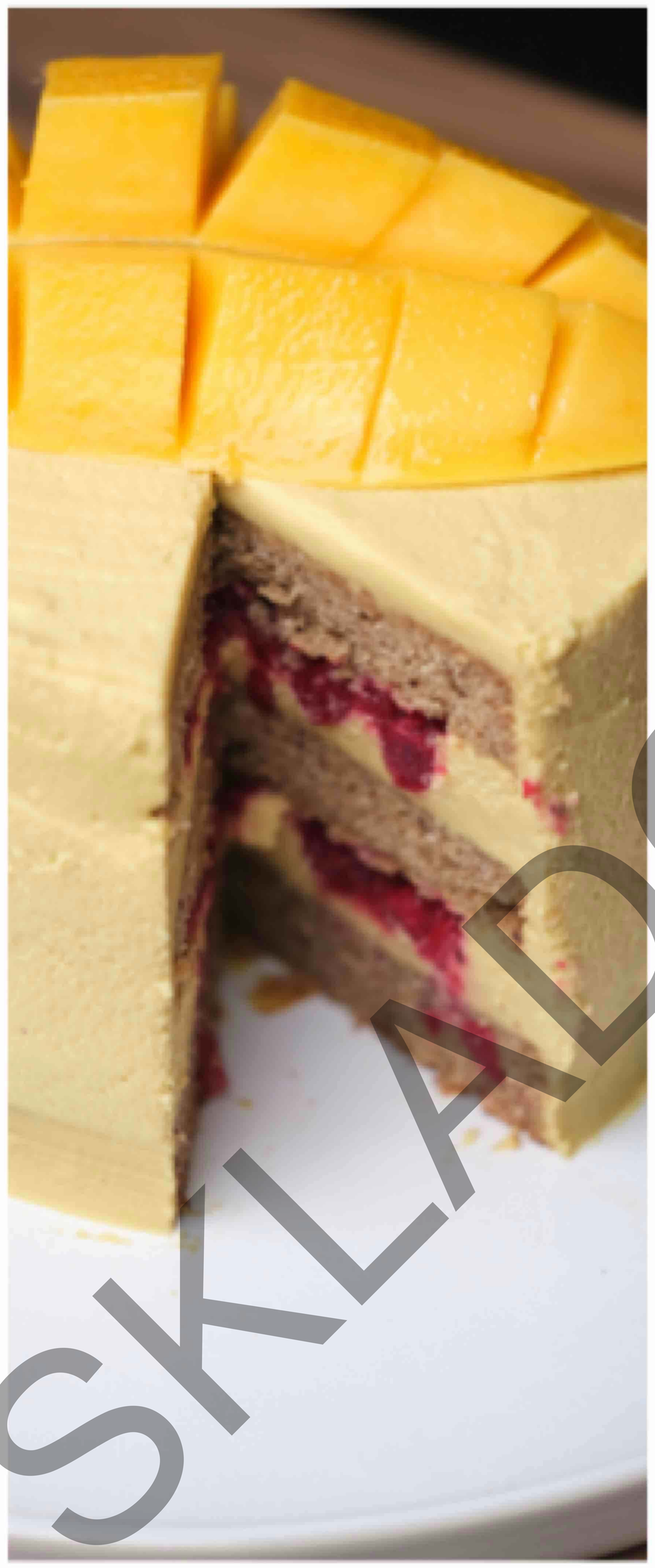
В дополнении к апельсиновому бисквиту и манговому крему идеально подходят именно кислые и терпкие ягоды.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Апельсин-манго

Сборка.



1. Остудить бисквиты.
2. Крем делаем любой на выбор.
Крем 1 более плотный и практически не пропитывает бисквит. Понравится тем кто не любит сильно пропитанные торты.
Крем 2 наоборот хорошо пропитает бисквиты и сделает их сочными.
3. Крем перекладываем в кондитерский мешок.
4. Обрезаем у бисквитов верхушки.
5. Собираем торт в кольце.
6. Бисквит, крем, делаем бортики из крема и выкладываем в центр половину начинки,и повторяем тоже с оставшимся бисквитом.
7. Убираем торт на стабилизацию в холодильник минимум на 4 часа.

SKLADOSHKA.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Очень шоколадный торт

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Шоколадный



Бисквит

Мука зелёной гречки - 170
Какао порошок - 20
Разрыхлитель - 1 ч л(4гр)
Соевое молоко - 230
Какао тертое - 30
Масло авокадо - 70
Финики - 180

1. Финики и соевое молоко пробить блендером до однородности. Добавить масло.
2. Какао тертое растопить на водяной бане или на медленном огне. И добавить к финиковой массе, перемешать.
3. Муку смешать с какао порошком и разрыхлителем.
4. Объединить обе массы, перемешать венчиком.
5. Выложить в 3 кольца диаметром 16 см по 230 грамм в каждое.
6. Выпекать при температуре 180 градусов 18-20 минут. Проверяем готовность сухой деревянной шпажкой.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Шоколадный



Крем

Финики- 200
Кокосовое молоко - 250
Какао тертое - 100
Какао масло - 50

1. Кокосовое молоко довести до кипения, высыпать в него какао масло и тертое какао.
2. Дать полностью раствориться, перемешать венчиком.
3. Добавить в массу финики, пробить все в стационарном блендере, около 2х минут до однородности.
4. Перелить массу в контейнер, накрыть плёнкой в контакт.
5. Убрать в холодильник на стабилизацию на 6 часов минимум.
6. Перед применением крем взбить миксером не долго. Чтобы крем был более податливый в работе оставить его при комнатной температуре на 15 минут.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Шоколадный

Начинка



Вишня - 100
Вода - 15
Агар- агар - 1/4 ч л

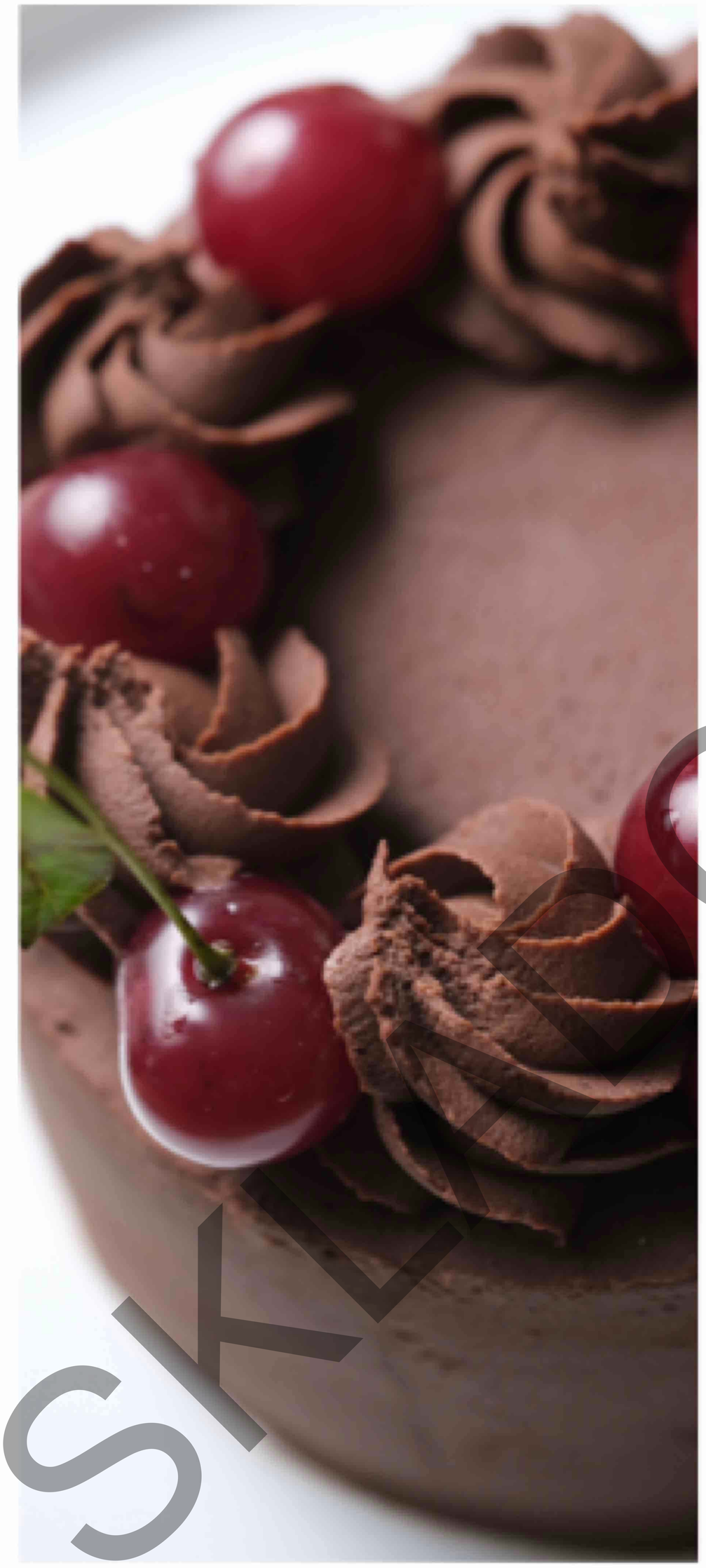
1. Вишню и воду пробить подгружным блендером, добавить агар и проварить до кипения.
2. Остудить, пробить блендером ещё раз. Можно ягоды оставить целыми.

SKLADOCHNIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Шоколадный

Сборка.



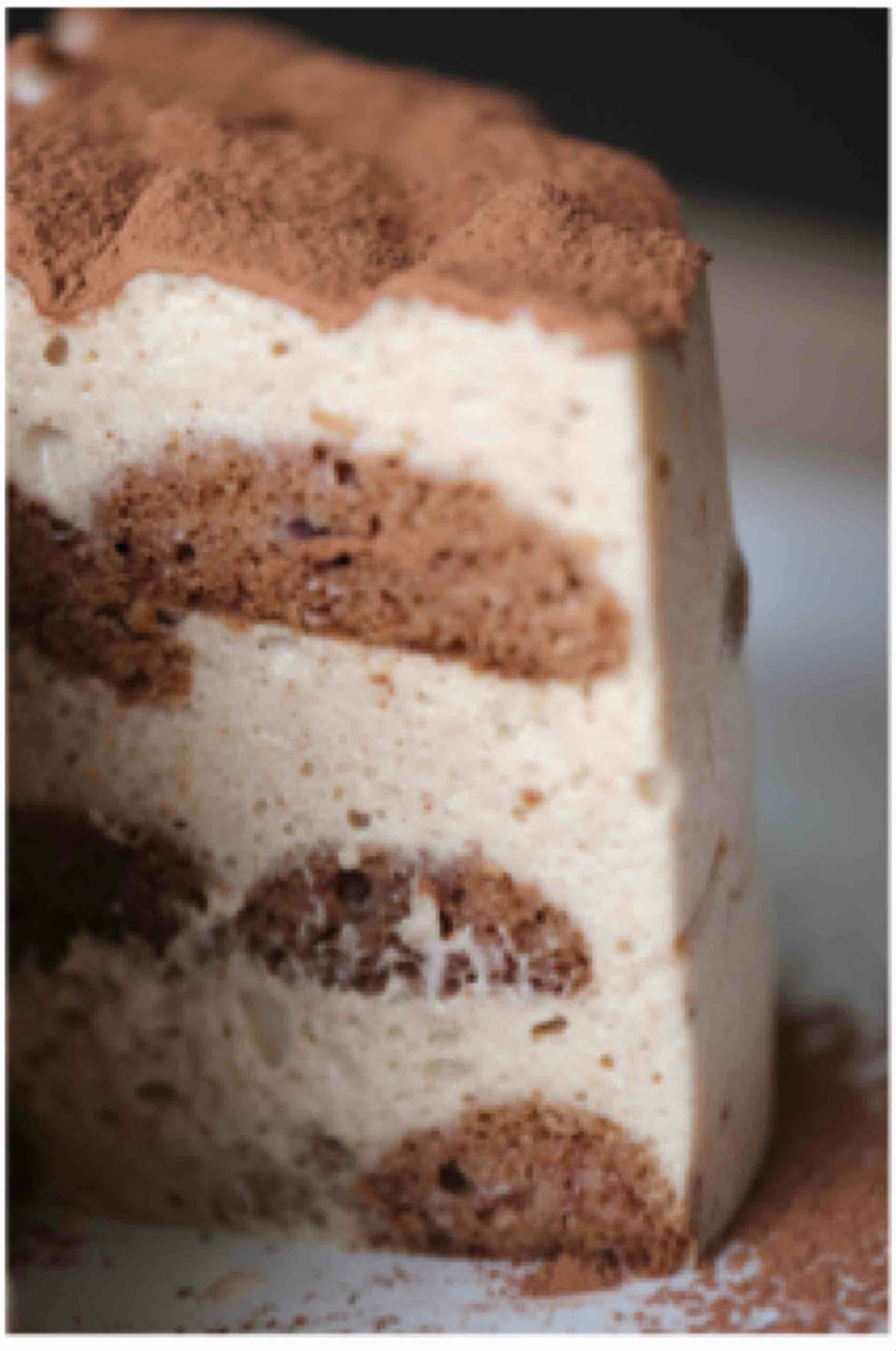
1. Остудить бисквиты.
2. Крем перекладываем в кондитерский мешок.
3. Обрезаем у бисквитов верхушки. Можно пропитать вишневым соком если любите влажные торты.
4. Собираем торт в кольце.
5. Бисквит, крем, делаем бортики из крема и выкладываем в центр половину начинки,и повторяем тоже с оставшимся бисквитом.
6. Убираем торт на стабилизацию в холодильник на 4 часа минимум.
7. После достаём торт из кольца выравниваем торт с остатками крема.

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Тирамису (385 ккал)



Савоярди печенье

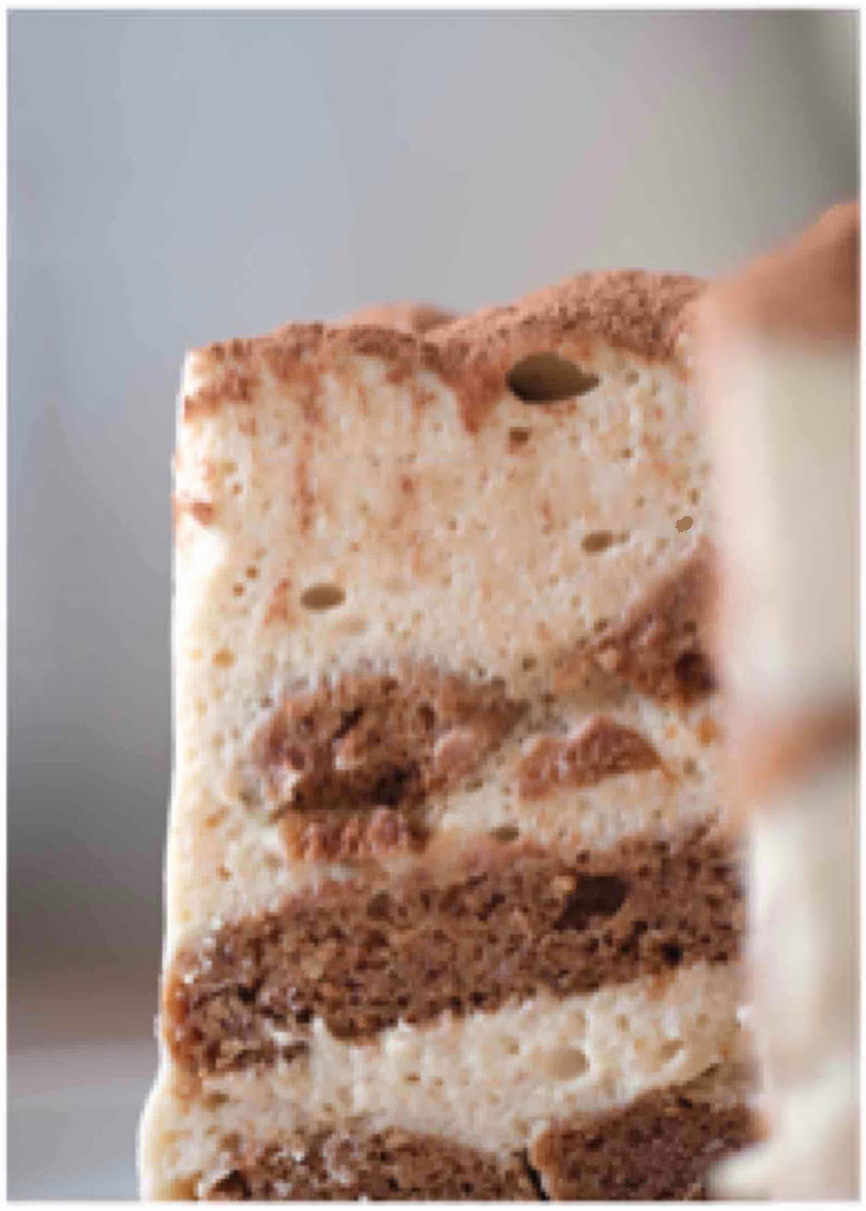
Кокосовое масло - 50
Аквафаба - 100
Финики - 30
Мука зелёной гречки - 90
Разрыхлитель - 1 ч л
Ксантановая камедь - 1/2 ч л

1. Аквафабу с финиками пробить блендером.
2. Добавить растопленное масло.
3. Муку смешать с ксантановой камедью и разрыхлителем.
4. Объединить обе массы. Перемешать венчиком.
5. Переложить тесто в кондитерский мешок. Отсадить печенье на пергаментную бумагу.
6. Выпекать при температуре 180 градусов 12-15 минут.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Тирамису



Крем

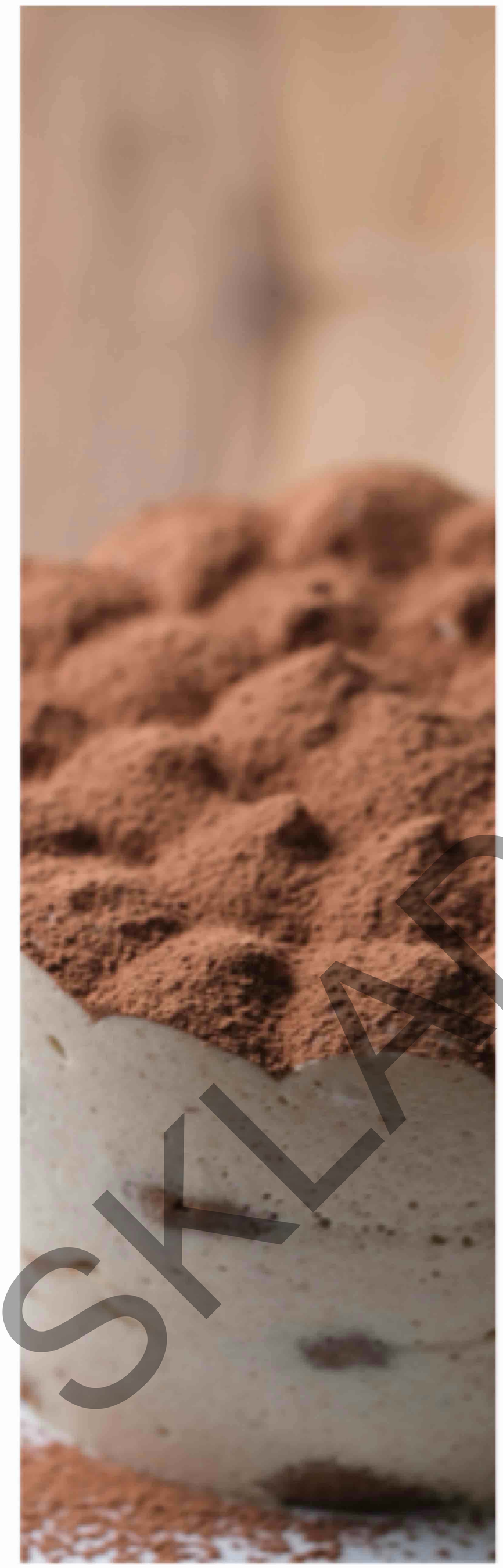
Кешью - 150
Финики - 150
Кокосовое масло - 70
Кокосовое молоко (1) - 60
Сок половины лимона
Ваниль семена
Кокосовое молоко (2) - 150
Агар-агар - 5 гр (1,5 ч л)
Аквафаба - 70
Ксантановая камедь - 1/8 ч л

1. Кешью замочить кипятком на 2 часа. Или обычной водой на 8 часов.
2. Кокосовое масло растопить.
3. Финики и кокосовое молоко(1) пробить до состояния пюре. Добавить кешью и сок лимона и ещё раз пробить.
4. Аквафабу и камедь поставить взбиваться миксером около 5 минут.
5. В это время Кокосовое молоко (2) и агар поместить в сотейник довести до кипения постоянно помешивая.
6. Перелить молоко с агаром к кешью массе, пробить в блендере до однородности.
7. Далее во взбитую аквафабу вливаем кешью массу, и перемешиваем лопаткой, аккуратно, чтобы не разбить все пузырьки.
8. Перекладываем крем в кондитерский мешок и сразу приступаем к сборке торта.

SKLADCH.COM
СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Тирамису

Сборка.



1. Печенье полностью остудить.
2. Заварить цикорий или кофе 1 ч л на 150 мл кипятка.
3. Пропитываем печенье в напитке, немного надавливая на печенье и вынимаем их.
4. Собираем торт в кольце диаметром 16 см, изнутри кольцо обернуть ацетатной плёнкой или пергаментной бумагой. Или можно собрать в контейнере как классический десерт.
5. На дно выкладываем пропитанное печенье плотно рядом друг с другом.
6. На печенье отсаживаем крем из кондитерского мешка довольно толстым слоем ~1,5-2 см.
7. Повторяем слой печенья и крема ещё 2 раза.
8. Убираем торт в холодильник на стабилизацию минимум на 4 часа. После посыпаем какао порошком.

SKLADOFF.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!


Банановый торт с
ягодным кремом

SKLADCHIK.COM

Банановый



Бисквит

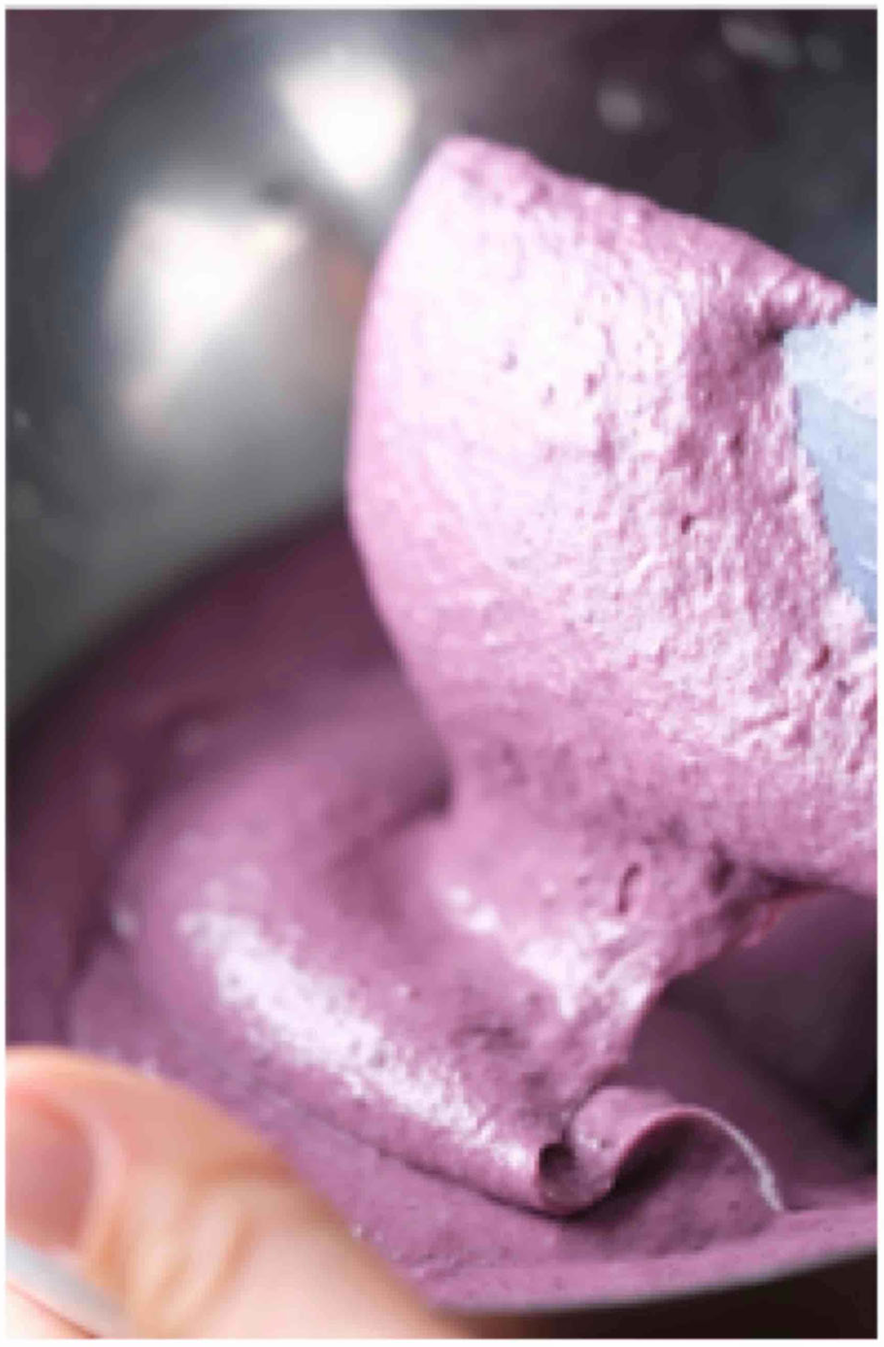
Пюре из бананов - 300
Финики - 60
Масло авокадо - 35
Мука из зелёной гречки - 120
Миндальная мука - 25
Мука бурого риса - 60
Сода - 1 ч л
Соль щепотка
Уксус яблочный - 1 ч л

1. Бананы и финики пюрировать погружным блендером. Добавить масло и уксус, перемешать.
2. Всю муку смешать с содой и солью.
3. Объединить обе массы, перемешать венчиком до однородности.
4. Разделить тесто на 3 части по 200 грамм выложить в кольца диаметром 16 см.
5. Выпекать при температуре 180 градусов 18-20 минут.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Банановый торт



Крем

Кешью - 170
Какао масло - 50
Агар - агар - 1 ч л (4 гр)
Чёрная смородина - 140
Кокосовое молоко - 200
Финики - 150

1. Кешью залить кипятком на 2 часа минимум.
2. Какао масло растопить.
3. Кокосовое молоко с агаром поместить в сотейник, довести до кипения постоянно помешивая
4. Сложить все компоненты в чашу блендера и пробить до однородности.
5. Переложить крем в кондитерский мешок и сразу приступаем к сборке торта.

SWEETADDICT.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Банановый



Сборка.

1. Бисквиты полностью остудить, срезать верхушки.
2. Если любите влажные торты можно пропитать кокосовым молоком.
3. Собираем торт к кольце. Чередуем биквиты и отсаживаем крем на каждый бисквит.
4. Убираем торт на стабилизацию в холодильник на 4 часа.

Неожиданно очень удачное сочетание
Банана и ягод!

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Карамельный «медовик» С ванильным тофу-кремом

SKLADCHIK.COM

Карамельный «медовик»



Коржи

Финики - 100
Кокосовое масло - 20
Авокадо масло - 20
Яблочное пюре - 100
Сода - 1 ч л
Соевое молоко - 150
Мука зелёной гречки - 100
Миндальная мука - 40
Вода - 30
Уксус яблочный - 1 ч л

1. Молоко и финики пюрировать погружным блендером.
2. Добавить к ним яблочное пюре, растопленное кокосовое масло и масло авокадо, воду и уксус.
3. Муку всю смешать с содой.
4. Вылить тесто на пергаментную бумагу на противень. Равномерно распределить тесто толщиной 3-4 мм.
5. Выпекать при температуре 180 градусов 15-18 минут до румяности.
6. Вырезать кольцом для выпечки диаметром 16 см 5 коржей.
7. Обрезки вернуть в духовку ещё на 4-5 минут.

SKLADCOM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Карамельный «Медовик»



Крем

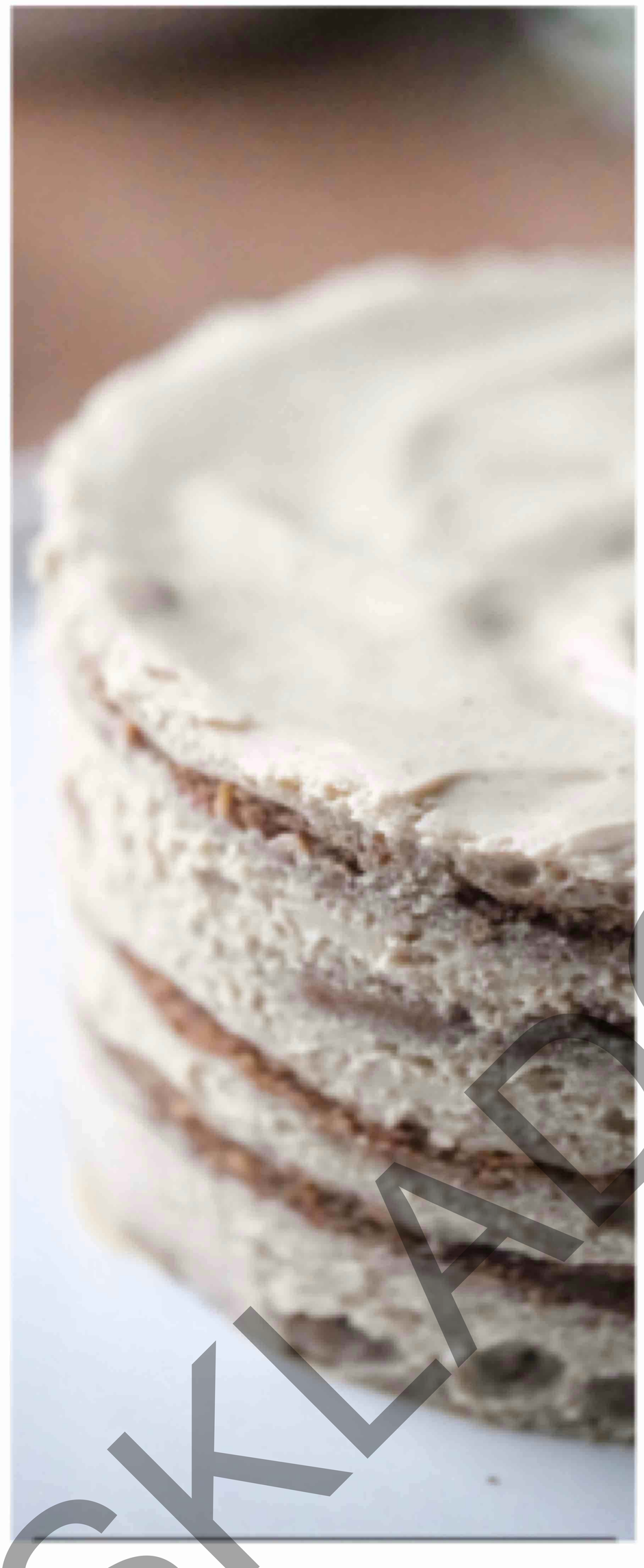
Шелковый тофу - 300
Финики - 130
Кокосовое масло - 50
Кокосовое молоко - 200
Сок половины лимона
Агар-агар 1 ч л

1. Кокосовое молоко с агаром поместить в сотейник и довести до кипения постоянно помешивая.
2. Кокосовое масло растопить. Все ингредиенты сложить в чашу блендера и взбить до однородности.
3. Перелить крем в миску накрыть плёнкой в контакт и убрать в холодильник на стабилизацию на 4 часа.
4. Перед применением крем пробить ещё раз погружным блендером.

СКЛАДСНИК.СООМ

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Карамельный «Медовик»



Сборка.

1. Коржи полностью остудить.
2. Собираем торт в кольце диаметром 16 см. Прослоить каждый корж кремом.
3. Убрать торт на стабилизацию на 4 часа.
4. Обрезки от коржей измельчить в кофемолке.
5. Торт достать из кольца обмазать оставшимся кремом и обсыпать крошкой.

СКЛАДСТ.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Дополнительные рецепты

ФИНИКОВАЯ КАРАМЕЛЬ.
Финики очищенные - 120
Ореховая паста - 30
Растительное молоко - 60

Пюрировать блендером до однородности.

ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЕ начинки
Я для связывания жидкости из фруктов и ягод использую агар-агар, такие начинки получаются немного желеподобные , его можно заменить на пектин, и если вы не критично относитесь к крахмалу то можно заменять агар на кукурузный крахмал в той же пропорции. Такие начинки будет более текучими и вязкими.

Ягоды/фрукты - 100
Вода - 15
Агар/крахмал/пектин - 1/4 ч л

Варить до закипания, постоянно помешивая.
Пробить блендером ещё раз после застывания.

(Можно использовать клубнику, малину, смородину, чернику, манго, маракуйю, персики)

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Дополнительные рецепты

ГЛАЗУРИ

ШОКОЛАДНАЯ.
Масло какао - 50
Финики - 20
Масло виноградной косточки - 10
Какао порошок - 20

Масло растопить и пюрировать блендером до однородности.

МАНГОВАЯ.
Пюре манго - 80
Пектин - 1/2 л

Довести до кипения постоянно помешивая.

ЯГОДНАЯ.
Кокосовый урбеч - 40
Черника - 40
Какао масло - 20

Какао масло растопить, пробить все ингредиенты в блендере до однородности.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Дополнительная информация

МАСЛО.
Я использую масла с высокой точкой дымления, в основном это масло виноградной косточки и авокадо. Их можно заменить любым растительным рафинированным маслом-оливковым, подсолнечным и т д.

Если в рецепте есть кокосовое масло, его мы не заменяем.

СОЕВОЕ МОЛОКО выбираем с чистым составом без стабилизаторов или делаем сами. Оно имеет высокое содержание белка, тем самым выпечка получается более плотная, не крошится.

АКВАФАБА -это вязкая жидкость, полученная в результате отваривания плодов бобовых, мы используем жидкость от нута. Отвариваем нут без соли и специй и оставшуюся воду используем. Ее можно заморозить порционно в силиконовых формах и хранить в морозильнике до 3х месяцев. Так же можно использовать жидкость из под консервированного нута с чистым составом.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Безглютеновая Мука

МУКА ИЗ СЕМЯН ЗЕЛЁНОЙ ГРЕЧКИ
При контакте с водой образует пленочку, похожую на слизь – клейстер.
Связывает компоненты теста между собой.
Имеет специфический, травянистый вкус
Обладает богатым витаминным и минеральным составом.
Универсальная мука, может выступать самостоятельным ингредиентом.

МУКА МИНДАЛЬНАЯ
Разрыхляет тесто и делает его воздушным, легким.Насыщает бисквиты ореховым вкусом.
Не обладает свойствами гигроскопичности и клейкости.

МУКА КОКОСОВАЯ
Впитывает в себя большое количество влаги.
При добавлении даже в небольшом количестве сильно сушит тесто.
Может использоваться в качестве ароматизатора.

SKLADOCHNIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Безглютеновая Мука

МУКА РИСОВАЯ
Содержит высокое количество крахмала.
Склеивает компоненты теста, но
утежеляет и уплотняет тесто.

МУКА КУКУРУЗНАЯ
Впитывает в себя большое количество влаги.
Уплотняет, но облегчает тесто
Имеет ярко выраженный вкус и аромат.

МУКА НУТОВАЯ
С высоким содержанием белка. Склеивает компонент теста, облегчает его и разрыхляет. Имеет ярко выраженный специфический вкус.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Замена муки.

Во всех своих рецептах я использую муку зелёной гречки. Потому что она универсальная и по свойствам похожа на пшеничную. Выпечка получается не рыхлая, не крошится, но слегка с травянистым вкусом.

Если вы не любите гречневую муку, могу вам предложить безглютеновую смесь которая будет обладать теми же свойствами.

Рисовая-склеивает,
кукурузная-уплотняет,
нутовая-частично склеивает и разрыхляет,
миндальная - облегчает.
Смешать 1:1 в равных пропорциях .

Этой смесью можно заменять всю муку в рецептах.

Так же можно использовать покупные безглютеновые смеси и тоже заменять ими всё количество муки в рецептах. Но учтите, в основном все покупные безглютеновые смеси содержат большое количество крахмалов.
А мы готовим полезные торты из цельных продуктов.

Всю муку я делаю сама смалывая в измельчителе.

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!

Вкусовые сочетания

•Шоколадный бисквит/вишня/ шоколадный или ванильный крем

•Шоколадный бисквит/карамель/орехи/ванильный крем

•Коржи из торта «медовик»/любая ягодная или фруктовая начинка/ ванильный крем

•Коржи из торта «медовик»/карамель/орехи/ ванильный крем

•Коржи из торта «медовик»/ягодный крем

•Коржи из торта «медовик»/манговый крем

•Коржи из торта медовик/крем сгущенка из муравейника

•Банановый бисквит/шоколадный крем

•Банановый бисквит/ сливочный крем/начинка ананас

•Морковный бисквит/манговый крем

•Апельсиновый бисквит/шоколадный или ванильный крем/ начинка манго-маракуйя

SKLADCHIK.COM

СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!



Спасибо вам, за оказанное мне доверие!!
Надеюсь все эти торты и их приготовление принесут вам удовольствие, массу приятных воспоминаний и пользу .

SKLADCOM
СКАЧАНО С WWW.SW.BAND - ПРИСОЕДИНЯЙСЯ!