

Ostekake med tofu og mangomousse

total tid **260 min.** 20 min. tilberedningstid 240 min. avkjølingstid

Næringsinnhold (per porsjon):

1.717 kJ / 410 kcal

Fett: **24 g** Protein: **11 g**

Karbohydrater: **35 g**

INGREDIENSER

2 porsjoner

Ostekakebunn:

100 g valnøtter eller
cashewnøtter
60 g glutenfrie havregryn
3 ss lønnesirup
1 ts kokosolje
0,5 ss Kikkoman Naturlig
Brygget Tamari Glutenfri
Soyasaus

Ostekake:

300 g tofu naturell
1 dl kokosmelk
0,5 ss Kikkoman Naturlig
Brygget Tamari Glutenfri
Soyasaus
2 ts agar (eller 2 ss
plantebasert gelatin)
0,5 dl sitronsaft
3 ss agavesirup eller
lønnesirup
1 ts vaniljepasta
1 ss kokosolje

Mangomousse:

200 g modent mangokjøtt
1 ss lønnesirup
1 ts sitronsaft
0,5 ts agar (eller 1 ss
plantebasert gelatin)

Garnityr:

50 g bringebær
1 ts tørkede kornblomster
Noen mynteblader til
pynt

TILBEREDNING

Steg 1

100 g valnøtter eller cashewnøtter - **60 g**
glutenfrie havregryn - **3 ss** lønnesirup - **1 ts**
kokosolje - **0,5 ss** Kikkoman Naturlig Brygget
Tamari Glutenfri Soyasaus
Kjør nøtter, havregryn, lønnesirup, kokosolje og
Kikkoman Glutenfri Soyasaus til en klebrig masse.

Trykk massen godt ned i bunnen på en liten
bakeform og sett i kjøleskapet.

Steg 2

300 g tofu naturell - **1 dl** kokosmelk - **0,5 ss**
Kikkoman Naturlig Brygget Tamari Glutenfri
Soyasaus - **2 ts** agar (eller 2 ss plantebasert
gelatin) - **0,5 dl** sitronsaft - **3 ss** agavesirup eller
lønnesirup - **1 ts** vaniljepasta - **1 ss** kokosolje
Kjør tofu sammen med kokosmelk, Kikkoman
Glutenfri Soyasaus, agar, sitronsaft, agavesirup,
vaniljepasta og kokosolje til en jevn krem. Ha
blandingen oppi en kasserolle, gi et oppkok og la
det koke i 2 minutter under hyppig omrøring. La
blandingen avkjøle seg litt, spre den jevnt over den
avkjølte kakebunnen og sett tilbake i kjøleskapet.

Steg 3

200 g modent mangokjøtt - **1 ss** lønnesirup - **1 ts**
sitronsaft - **0,5 ts** agar (eller 1 ss plantebasert
gelatin) - **50 g** bringebær - **1 ts** tørkede
kornblomster - Noen mynteblader til pynt
Bland mangokjøttet med lønnesirup, sitronsaft og
agar. Ha blandingen oppi en kasserolle og kok i ca.
2 minutter under konstant omrøring. La
mangomoussen avkjøle seg litt, og fordel den jevnt
over ostekaken. Pynt med bringebær,

kornblomster og mynteblader. La stå i kjøleskapet i minst 4 timer, helst over natten, før servering.