

Vegansk tiramisu med matcha og tamari

total tid **100-105 min.** 20 min. tilberedningstid 20-25 min. koketid 60 min. avkjølingstid

Næringsinnhold (per porsjon):
1.070 kJ / 255 kcal

Fett: **4,8 g** Protein: **12 g**
Karbohydrater: **39,4 g**

INGREDIENSER

4 porsjoner

0,5 ts vegansk smør for å smøre inn formen

Deig:

45 g mandelmel
75 g potetstivelse eller maisstivelse

20 g brunt sukker

3 ts bakepulver

0,5 ts agar

1,5 dl mineralvann

Krem:

1 vaniljestang

200 g silketofu

300 g soyayoghurt

5 ss agavesirup (eventuelt lønnesirup eller brunt sukker)

Til bløtlegging:

2 ts matchapulver

0,4 dl varmt vann

3 ts Kikkoman Naturlig Brygget Tamari Glutenfri Soyasaus

4 ts agavesirup (eventuelt lønnesirup eller brunt sukker)

Valgfritt:

1 ts matchapulver til dryssing
Hakkede pistasjnøtter,
noen mynteblader, bær
(rips, bringebær, blåbær)

TILBEREDNING

Steg 1

0,5 ts vegansk smør for å smøre inn formen - **45 g** mandelmel - **75 g** potetstivelse eller maisstivelse - **20 g** brunt sukker - **3 ts** bakepulver - **0,5 ts** agar - **1,5 dl** mineralvann

Forvarm stekeovnen til 180 °C, og smør inn en liten bakeform (15x25 cm) med det veganske smøret. Bland mandelmel, stivelse, sukker, bakepulver og agar i en bolle. Tilsett mineralvannet og rør om til en jevn blanding. Fordel deigen utover den smurte formen og stek i 20–25 minutter i forvarmet ovn. La kakebunnen avkjøles på en rist.

Steg 2

1 vaniljestang - **200 g** silketofu - **300 g** soyayoghurt - **5 ss** agavesirup (eventuelt lønnesirup eller brunt sukker)

Skjær vaniljestangen på langs og skrap ut frøene med en liten, skarp kniv. Kjør silketofu sammen med soyayoghurt, agavesirup og vaniljefrø til en jevn krem.

Steg 3

2 ts matchapulver - **0,4 dl** varmt vann - **3 ts** Kikkoman Naturlig Brygget Tamari Glutenfri Soyasaus - **4 ts** agavesirup (eventuelt lønnesirup eller brunt sukker)

Skjær kakebunnen i strimler, ca. 1,5 cm brede, og legg halvparten av dem i dessertglass. For å lage sirupen blander du matchapulveret med det varme vannet, Kikkoman Glutenfri Soyasaus og agavesirup.

Steg 4

1 ts matchapulver til dryssing - Hakkede

pistasjnøtter, noen mynteblader, bær (rips, bringebær, blåbær)

Ringle halvparten av sirupen over kakebunnen.

Fordel halvparten av kremen på toppen og gjenta lagene. Sett tiramisuen i kjøleskapet i ca. 1 time.

Dryss deretter over matchapulver og garner med pistasjnøtter, mynteblader og bær. Server.