

SEMIFREDDO AL KIWI E CREMA PASTICCERA VEGANA

250g latte di riso o altro latte vegetale
40g zucchero di canna
20g farina tipo 2
20g amido di mais
la punta di un cucchiaini di curcuma
vaniglia
10g cacao amaro

Sciogliere la farina e la maizena in poco latte. Versare tutti gli ingredienti in un pentolino e cuocere a fiamma bassa mescolando in continuazione finchè si addensa. Versare metà della crema ottenuta in una ciotola e coprire con pellicola a contatto. Setacciare il cacao nella restante crema e mescolare finchè si amalgama alla perfezione. Disporre sul fondo di in un bicchierino uno strato di crema chiara, poi uno strato di kiwi (che avrete prima pelato e frullato), e, infine, uno strato di crema al cioccolato. Decorare con granella di pistacchio.

BISCOTTI VEGANI CON FARINA DI MAIS E UVETTA

200g farina di mais fioretto
150g farina tipo 2
100g zucchero di canna
100g burro di soia
30g amido di mais
mezza bustina di lievito
130g latte d'avena o altro latte vegetale
scorza d'arancia grattugiata
uvetta sultanina

Ammorbidire l'uvetta in poco rum.

Amalgamare gli ingredienti come per una normale frolla, aggiungendo in ultimo l'uvetta sultanina fino ad ottenere un panetto. Appiattirlo leggermente e mettere a riposare in frigorifero per 30 min.

Stendere tra due fogli di carta da forno e ritagliare i biscotti della forma desiderata.

Disporre su carta da forno e cuocere a 170°C per circa 15 min.

TORTA VEGAN DI CAROTE

300g farina tipo 1
190g succo di carota
180g zucchero di canna
120g olio di mais
6 fichi secchi
60g gocce di cioccolato fondente
16g lievito o cremor tartaro
1 cucchiaino raso di bicarbonato

Tagliare in piccoli pezzi i fichi secchi e ammorbidirli in poca acqua tiepida o succo d'arancia. In una ciotola setacciare la farina con lo zucchero, il lievito e il bicarbonato. In un'altra ciotola mescolare l'olio con il succo di carote. Unire i liquidi alle polveri e mescolare con cura. Aggiungere ora i fichi e le gocce di cioccolato. Infornare a 180°C per circa 30 min.

TORTA CAPRESE VEGANA E GLUTEN FREE

180g mandorle ridotte in farina
130g zucchero di canna
100g fecola di patate
30g cacao amaro
mezza bustina di lievito
50g olio di mais
250g di yogurt al cocco
3 cucchiai di crema al cioccolato senza lattosio

In una ciotola capiente setacciare insieme le polveri. Mescolare lo yogurt con l'olio e la crema al cioccolato fino ad ottenere una crema uniforme. Unire le polveri alla crema e amalgamare con una frusta a mano.

Versare in una tortiera (26cm diametro) e cuocere a 200°C per i primi 10 minuti poi abbassare la temperatura a 170°C e continuare la cottura per altri 20 minuti.