

# Веганский морковный торт с кремом из кешью

Общее время 60 мин 20 мин Время подготовки 40 мин Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):  
3 171 кДж / 758 ккал

Жиры: 38 г Белки: 14 г  
Углеводы: 98 г

## ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

### Корж:

1 ст. л. молотых семян льна  
3 ст. л. воды  
80 г полбяной муки  
40 г сахара (веганского)  
0,5 ч. л. разрыхлителя  
0,25 ч. л. пищевой соды  
0,5 ч. л. корицы  
0,25 ч. л. имбиря  
1 щепотка мускатного ореха  
100 г мелко натёртой моркови  
0,5 ст. л. соевого соуса натурального брожения Kikkoman  
30 мл рапсового масла  
20 мл миндального молока  
20 г изюма

### Крем из кешью:

60 г кешью, замоченных в холодной воде на 6 часов  
40 мл миндального молока  
1,5 ст. л. кленового сиропа  
1 ч. л. лимонного сока  
Тыквенный сироп:  
40 мл воды  
30 г веганского сахара  
40 г тыквенного пюре  
0,5 ст. л. соевого соуса натурального брожения Kikkoman  
1 ч. л. ванильного сахара

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

### Шаг 1

#### Ингредиенты:

1 ст. л. молотых семян льна - 3 ст. л. воды - 80 г полбяной муки - 40 г сахара (веганского) - 0,5 ч. л. разрыхлителя - 0,25 ч. л. пищевой соды - 0,5 ч. л. корицы - 0,25 ч. л. имбиря - 1 щепотка мускатного ореха - 100 г мелко натёртой моркови - 0,5 ст. л. соевого соуса натурального брожения Kikkoman - 30 мл рапсового масла - 20 мл миндального молока - 20 г изюма  
Залейте семена льна с водой, перемешайте и оставьте на 10 минут, чтобы смесь загустела. В одной миске смешайте муку, сахар, разрыхлитель, соду, корицу, имбирь и мускатный орех. В другой миске смешайте морковь, соевый соус Kikkoman, масло, миндальное молоко и разбухшую смесь льна. Смешайте содержимое обеих мисок, добавьте изюм и хорошо перемешайте. Вылейте в форму для выпечки, выстланную пергаментом, и выпекайте при 180°C (верхний и нижний нагрев) в течение 30 минут. Оставьте до полного остывания.

### Шаг 2

#### Ингредиенты:

60 г кешью, замоченных в холодной воде на 6 часов - 40 мл миндального молока - 1,5 ст. л. кленового сиропа - 1 ч. л. лимонного сока  
Слейте воду с кешью и положите их в кухонный комбайн. Добавьте миндальное молоко, кленовый сироп и лимонный сок. Взбивайте в пульсирующем режиме, счищая кешью со стенок комбайна по ходу процесса, до однородной и воздушной массы. Охладите в

**0,25 ч. л.** корицы  
**1 щепотка** имбиря  
**1 щепотка** мускатного ореха  
**2** гвоздики  
**1** маленькая звездочка  
бадьяна

**Дополнительно:**

**0,5 ч. л.** несладкого какао-  
порошка  
**20 г** орехов пекан

холодильнике.

**Шаг 3**

**Ингредиенты:**

**40 мл** воды - **30 г** веганского сахара - **40 г**  
тыквенного пюре - **0,5 ст. л. соевого соуса**  
**натурального брожения Kikkoman** - **1 ч. л.**  
ванильного сахара - **0,25 ч. л.** корицы - **1**  
**щепотка** имбиря - **1 щепотка** мускатного ореха -  
**2** гвоздики - **1** маленькая звездочка бадьяна  
В небольшой кастрюле смешайте воду, сахар,  
тыквенное пюре, соевый соус Kikkoman,  
ванильный сахар, корицу, имбирь, мускатный  
орех, гвоздику и бадьян. Варите на небольшом  
огне около 10 минут, периодически помешивая,  
пока сироп не загустеет. Процедите и дайте  
остыть.

**Шаг 4**

**Ингредиенты:**

**0,5 ч. л.** несладкого какао-порошка - **20 г** орехов  
пекан  
Намажьте охлажденный торт кремом из кешью,  
посыпьте какао-порошком, полейте сиропом со  
специями и посыпьте орехами пекан.