

vegie

Pastinaak-amandeltaart

5 minuten voorbereiding + 25 minuten
bereiding + 20 minuten oventijd

Ingrediënten

160 g pastinaak | 100 g amandelmeel |
50 g havermout | 2 eieren | 8 g bakpoeder |
110 g ahornsiroop | Een snuifje zout |
140 g skyr | 60 g amandelpasta ongezoet |
2 el amandelschaafsel

Bereidingswijze

- ✓ Verwarm de oven voor op 170°
- ✓ Schil de pastinaak en rasp fijn.
- ✓ Maal de havermout fijn in een hakmolen.
- ✓ Meng de gemalen havermout, het amandelmeel, het bakpoeder en 80 g ahornsiroop met de geraspte pastinaak.
- ✓ Splits de eieren, meng de 2 eigelen onder het pastinaakmengsel.
- ✓ Voeg een snuifje zout toe aan het eiwit en klop stijf. Spatel het eiwit voorzichtig onder het deeg.
- ✓ Bekleed een kleine springvorm met bakpapier en stort het deeg erin.
- ✓ Laat 20' bakken in de oven.
- ✓ Meng de skyr met de resterende ahornsiroop en de amandelpasta.
- ✓ Rooster het amandelschaafsel kort in een pan zonder vetstof.
- ✓ Laat de taart afkoelen en snij vervolgens horizontaal doormidden.
- ✓ Smeer de helft van de skyr- mengeling op de doorsnede van de taart.
- ✓ Leg de andere taarthelft er terug op en smeer de rest van de skyr- mengeling bovenop de taart.
- ✓ Werk de taart tenslotte af met wat geroosterd amandelschaafsel.

workshop "Vegetarische
ism Bio-Planet

uit onze workshop "Gebak puur naturel"
ism Bio-Planet