

FIR BANOFFEE

SKŁADNIKI NA FORMĘ 21 CM

SPÓD:

- 70 g płatków owsianych
- 70 g słonecznika
- 70 g daktyli
- 30 g masła orzechowego
- ok. 20-25 g słodzidła (np. erytrol, ksylitol)

SOLONY KARAMEL:

- 180 g daktyli
- 50 g masła orzechowego
- odrobina soli (jeśli masło orzechowe jest bez dodatku soli)
- kilka łyżek wody (do odpowiedniej konsystencji)

ŚMIETANKA KOKOSOWA:

- 200-250 g stałej części mleczka kokosowego z puszki (np. Real Thai)
- słodzik według uznania (u mnie ok. 40-50 g erytrołu)
- opcjonalnie: śmietan-fix

DODATKOWO:

- 3 średnie banany
- odrobina soku z cytryny
- kakao (do posypania ciasta)

PRZYGOTOWANIE:

SPÓD:

Daktyle zalać wrzątkiem. Pozostawić na ok. 5 minut, a następnie odsączyć z wody. Płatki owsiane połączyć ze słonecznikiem i zblendować. Dodać namoczone daktyle, masło orzechowe i całość dokładnie zblendować. Dla lepszego blendowania można dodać kilka łyżek wody. Spód foremki (21 cm) wyłożyć papierem do pieczenia, boki wysmarować dowolnym tłuszczem. Zblendowaną masę wyłożyć na spód formy. Całość wstawić do lodówki.

SOLONY KARAMEL:

Daktyle zalać wrzątkiem. Pozostawić na ok. 5 minut, a następnie odsączyć z wody (wody nie wylewać). Zblendować je z masłem orzechowym oraz odrobiną soli. Dodać kilka łyżek wody (z daktyli), aby uzyskać odpowiednią konsystencję karmelu. Całość wyłożyć na spód ciasta. Banany pokroić w plastry oraz skropić odrobiną soku z cytryny. Ułożyć na solonym karmelu. Całość wstawić do lodówki.

ŚMIETANKA KOKOSOWA:

Mleczko kokosowe ubić ze słodzikiem. Opcjonalnie dodać śmietan-fix. Śmietankę przełożyć na całe ciasto, posypać kakao (najlepiej przy użyciu małego sitka) i wstawić do lodówki na ok. 3-4 godziny, a najlepiej na całą noc.