



Vegan twix bars



Υλικά για το μπισκότο (βάση):

- 190γρ νιφάδες βρώμης
- 75γρ αλεύρι καρύδας
- 80γρ λιωμένο λάδι καρύδας (εγώ προτιμώ άοσμο για αυτή τη συνταγή)
- 145γρ αγάβη (ή μέλι)
- 2/3 κ.γ. σκόνη φυσικής βανίλιας (εγώ προτιμώ bourbon, είναι πιο αρωματική)

Υλικά για την καραμέλα:

- 200γρ αμυγδαλοβούτυρο
- 220γρ αγάβη (ή μέλι)
- 60γρ λιωμένο λάδι καρύδας
- 1 κ.γ. σκόνη φυσικής βανίλιας
- 1/5 κ.γ. θαλασσινό αλάτι

Υλικά για τη σοκολάτα:

- 70γρ κακάο
- 120γρ λιωμένο λάδι καρύδας
- 4 κ.σ. αγάβη (ή μέλι)



Εκτέλεση για τη βάση:

1. Χτυπήστε τη βρώμη στο μίξερ (με το μαχαίρι που είναι σαν του μούλτι) πρώτα να γίνει σαν αλεύρι.
2. Προσθέστε το αλεύρι καρύδας και τη βανίλια και χτυπήστε ξανά.
3. Τέλος προσθέστε την αγάβη και το λάδι καρύδας και χτυπήστε όλα τα υλικά. Μόλις αρχίζει και "μαγκώνει" και γίνεται μία μπάλα είναι έτοιμο.
4. Βάλτε αντικολλητικό χαρτί σε ένα ταψάκι ή πυρέξ διαστάσεων 22x30cm (ή ανάλογου εμβαδού) και απλώστε τη ζύμη με τη σπάτουλα να είναι όσο γίνεται το ύψος της ομοιόμορφο.
5. Τρυπήστε εδώ κι εκεί με ένα πιρούνι και ψήστε σε προθερμασμένο φούρνο στους 180 βαθμούς για 12-15 λεπτά, μέχρι να ροδίσει. Ελέγξτε και νωρίτερα αν ο φούρνος σας είναι δυνατός.
6. Αφήστε να κρυώσει καλά το μπισκότο πριν ρίξετε από πάνω την καραμέλα.





Εκτέλεση για την καραμέλα:

Ανακατέψτε όλα τα υλικά σε ένα μπωλ με ένα αυγοδάρτη και ρίξτε την καραμέλα πάνω από το μπισκότο. Τοποθετήστε το στην κατάψυξη για 30 λεπτά περίπου, μέχρι να στέκεται η καραμέλα (ακουμπήστε με το δάχτυλό σας να είναι σταθερή). Μη ρίξετε τη σοκολάτα πριν κρυώσει καλά η καραμέλα γιατί θα μπερδευτούν.

Εκτέλεση για τη σοκολάτα:

Ανακατέψτε όλα τα υλικά σε ένα μπωλ με ένα αυγοδάρτη και απλώστε την πάνω από την καραμέλα. Επιστρέψτε το γλυκό στην κατάψυξη για να σκληρύνει η σοκολάτα, τουλάχιστον 30 λεπτά.

ΚΟΨΙΜΟ ΣΕ ΚΟΜΜΑΤΙΑ:

Το μόνο σημείο που είναι λίγο δύσκολο είναι το κόψιμο των μερίδων. Εδώ ίσως χρειαστείτε τη βοήθεια ενός... άνδρα! Περιμένετε να σκληρύνει καλά η σοκολάτα στην κατάψυξη πριν ξεκινήσετε να κόβετε τα κομμάτια, έτσι ώστε να είναι καλά σταθερή και η καραμέλα από κάτω. Μην αφήσετε όμως να περάσουν πάρα πολλές ώρες για το κόψιμο (εγώ το άφησα όλη νύχτα μία φορά και δυσκολεύτηκα πολύ) καθώς θα σκληρύνει πάρα πολύ και το μπισκότο και θα σας ζορίσει. Αφού λοιπόν είναι έτοιμο, τοποθετήστε το γλυκό σε μία επιφάνεια κοπής. Πάρτε ένα μεγάλο μαχαίρι (εγώ χρησιμοποιώ ένα τύπου "χασαπομάχαιρο"!) και κρατώντας μία διπλωμένη πετσέτα με το αριστερό σας χέρι, πιέστε το μαχαίρι με δύναμη για να κοπεί το κομμάτι. Πατάτε μόνο προς τα κάτω, το "πέρα-δώθε" δε θα λειτουργήσει! Εγώ κάνω κόβω κατά μήκος σε τρεις "στήλες" και μετά σε μέγεθος μπάρας τα κομμάτια κάθε μιας από αυτές τις λωρίδες, έτσι μου βγαίνουν 30-35 κομμάτια. Αν κόψετε την άλλη διάσταση σε τρεις στήλες, βγαίνουν περισσότερα αλλά λίγο κοντύτερα κομμάτια, περίπου 35-40. Εννοείται, μπορείτε να κόψετε άλλο σχήμα αν σας εξυπηρετεί καλύτερα.

Σημειώσεις:

Έχετε στο νου σας όταν βάλετε στην κατάψυξη για να κρυώσουν η καραμέλα και η σοκολάτα, να είναι το ταψί σας σε εντελώς οριζόντια θέση, αλλιώς θα κυλήσει και θα μαζευτεί σε μία μεριά η καραμέλα ή η σοκολάτα και θα χαλάσει το γλυκό σας.

